ROCZNIK XIII. CZERWIEC 1932 ZESZYT 6.

WYCHOWANIE FIZYCZNE

MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY HIGJENIE SZKOLNEJ I WYCHOWAWCZEJ ORAZ KSZTAŁCENIU CIELESNEMU W DOMU, SZKOLE, ARMJI I STOWARZYSZENIACH, ORGAN MIĘDZYUCZELNIANY STUDJÓW WYCHOWANIA FIZYCZNEGO (STUDJUM W. F. UNIWERSYTETU POZNAŃSKIEGO, STUDJUM W. F. UNIWERSYTETU JAG., CENTR. INST. WYCH. FIZ. NA BIELANACH) POLECONY PRZEZ MIN. W. R. I O. P., PAŃSTW. URZĄD WYCHOW. FIZYCZN. I PRZYSP. WOJSKOW., KURATORJA OKR. SZKOLNYCH, ZASZCZYCONY NAGRODĄ Z FUNDACJI G. PIRAMOWICZA.

REDAKTOR NACZ.: PUŁK. DR. Z. GILEWICZ, WARSZAWA — CENTR. INST. WYCH. FIZ.

Dr. EUG. PIASECKI prof. Uniw. Pozn.

Tradycja i twórczość w wychowaniu fizycznem.

(Odczyt, wygłoszony na Walnem Zebraniu Okręgu Poznańskiego Sekcji W. F. i H. Szk. przy T. N. S. W., Bydgoszcz, 22 kwietnia 1932 r.).

Wzajemny stosunek dwóch czynników, wymienionych w tytule niniejszych wywodów, stanowi sam przez się w znacznej mierze o charakterze kultury narodu. Wystarczy wskazać na takie skrajne przykłady, jak zasklepione wyłącznie w tradycji Chiny (do niedawna), z drugiej zaś strony zrywające z nią Stany Zjedn. Am. Półn., lub zgoła Związek Sowiecki. Jak zaś wielkie znaczenie ma ten stosunek w wychowaniu, widać choćby stąd, że pośród poważniejszych określeń istoty edukacji, jedne każą jej być tradycją, inne znów przygotowaniem do twórczości. Całość zaś da się ująć tylko przez zesumowanie ich obu.

Trzeba nam umieć korzystać z tradycji, jako bezcennego skarbu, zawierającego dorobek cywilizacyjny poprzednich pokoleń. Równocześnie jednak bronić się od popadnięcia w niewolę tradycji. A nadto, uzupełniać ją dorobkiem twórczym każdej generacji. Jak tego dokazać? Działać tu będą dwie siły poniekąd antagonistyczne. Jedna z nich wprawi w ruch motor twórczości, przez nieskrępowany rozwój talentów produktywnych, jakim się chlubi nowoczesne wychowanie. Druga pracuje jako hamulec i regulator. Jest to krytyka naukowa — również typowy element naszej cywilizacji. Gdy ją należycie zastosujemy tak do zabytków kulturalnych, przekazanych przez przodków, jak do wytworów naszej własnej inwencji, wynik nie może zawieść. I tu, jak na każdem polu nauki stosowanej, którą przecież jest pedagogika, wiele, a może nawet wszystko zależy od umiejętnej współpracy praktyka z teoretykiem. Najczęściej przytem pierwszy z nich odegra rolę motora, drugi zaś hamulca; czasami jednak te role się odwrócą.

Pora nam teraz przystąpić do pytania, jak przedstawia się (lub powinna przedstawiać) rola tradycji i twórczości w nowoczesnem wychowaniu fizycznem? Idąc za podziałem genetycznym ćwiczeń cielesnych, rozpatrzymy kolejno zachowanie się w tej mierze trzech głównych działów: ćwiczeń rozumowanych (gimnastyki), ćwiczeń użytkowych (sporty, praca ręczna), oraz ćwiczeń rozrywkowych (zabawy, gry, tańce). W obrębie g i m n a s t y k i z natury rzeczy tradycja musi zadowolić się rolą najskromniejszą. Nietylko dlatego, że w tym najmłodszym dziale tradycja sięga niedaleko wstecz: w Niemczech i Szwecji 120 lat, u innych narodów przeważnie o kilka dziesięcioleci mniej. Główną przyczyną i najgłębszą jest sam charakter ćwiczeń rozumowanych. Wszak obmyślano je dla spełnienia pewnych zadań wychowawczych. Z tą chwilą zatem, gdy widzimy, że to lub owo z nich zakreślonego celu nie osiąga, winno ustąpić nowym elementom, lepiej odpowiadającym dzisiejszemu stanowi nauki.

Toteż tradycja ma tu jedno tylko (coprawda bardzo ważne) zadanie i spełnia je znakomicie. Oto w krajach, gdzie gimnastyka jest dorobkiem kulturalnym starym i dobrze zakorzenionym w szerokich warstwach narodu, ogół tak rodziców i wychowawców, jak niemniej dziatwa i młodzież cenią ją należycie i mają do niej zaufanie. Stąd obowiązek każdego pokolenia wychowawców fizycznych, by doskonaleniem własnych metod i rozumną propagandą pomagali do ugruntowania tej tradycji w społeczeństwie.

Gorzej jest, gdy tradycja gimnastyczna łączy się na stałe z pewnemi określonemi systemami czy metodami, lub grupami ćwiczeń. Wtedy staje się kulą u nogi koniecznego rozwoju metod tej dziedziny. Przykładów możnaby przytoczyć wiele: poprzestaniemy na kilku najbardziej cechujących, lub nam bliższych. Oto przedewszystkiem jedna z największych pomyłek nowoczesnego wychowania fizycznego: niemiecki system gimnastyki jako nietykalna świętość narodowa, którą trudno było krytykować bez narażenia się potężnej i popularnej organizacji, mającej za sobą opinję publiczną. Co gorsza, rozgałęzienia tego systemu w różnych krajach (nie wyłączając Polski) otoczono niebawem również nimbem rzekomej tradycji ojczystej, działającej podobnież hamująco na wszelkie usiłowania reformy. Lecz i o wiele doskonalszy system szwedzki także ucierpiał wiele w swym rozwoju wskutek nadmiernej czci, jaką go przez długie dziesięciolecia otaczano, tak we własnej ojczyźnie, jak u idących za jej wzorem obcych narodów. Tyle o tradycji. A teraz twórczość.

Nie zawadzi uprzytomnić sobie, jak wiele bałamutnych pojęć wynika ze zbyt pochopnego używania wyrazu „system". Wiele z tych nieporozumień unikniemy, gdy pozostawimy tę nazwę wyłącznie dla kategoryj historycznych z pierwszej połowy zeszłego stulecia (systemy gimnastyczne: niemiecki i szwedzki; system sportowy angielski), przyjmowanych wówczas lub odrzucanych w całości. Twórczość wychowawców fizycznych znajdywała też wyraz później i znajduje po dziś dzień, w tworzeniu nie systemów, lecz metod, oraz w łączeniu najlepszych (swoich czy cudzych) metod w całości: syntezy. (Szczegóły w moim „Zarysie teorji wychowania fizycznego", Cz. II). Ambicje twórców metod nie idą tak daleko, jak gdy chodziło o systemy. Metoda bowiem obejmuje tylko część zadania (gimnastyka dzieci, niewiast, mężczyzn, gimnastyka domowa, rytmika, plastyka i t. p.). Syntetycy znów nie tworzą pozornie nic nowego, lecz dobierają i spajają wybrane części w harmonijną całość, która może być bardzo cenną nowością. Najskromniejsi są twórcy nowych grup ćwiczebnych. A jednak każdy z tych pracowników nieraz w odwrotnym stosunku do rozgłosu, jakim zdoła swe dzieło otoczyć, zarówno może zasłużyć się sprawie wychowania fizycznego. Nie będziemy tu przytaczać wielu przykładów z Zachodu i Północy. Wystarczy wskazać na nazwiska E. Falk, E. Björkstén, E. Jaques-Dalcroze jako twórców metod, J. G. Thulina jako syntetyka, N. Bukha w zakresie

gibkości. Lecz miło nam stwierdzić, że do tej pracy dokładamy i swój wysiłek, którego nie potrzebujemy się powstydzić. Z rzeczy najpoważniejszych, które wytrzymały już próbę czasu i krytyki, wymieńmy syntezę wiz. W. Sikorskiego i tegoż grupę ćwiczeń w reagowaniu. Próby tego rodzaju napewno będą coraz częstsze, gdyż przebyliśmy już właśnie okres terminowania u obcych i coraz wyraźniej wkraczamy w drugi — krytyczny i twórczy.

Przechodząc do drugiego działu ćwiczeń cielesnych: ćwiczeń użytkowych, widzimy i tu dość ograniczoną rolę, jaka przypaść może w udziale tradycji. Tak w zakresie sportów, jak i pracy ręcznej, sprawdzian wartości użytkowej w postaci dających się ująć w liczby wyników, musi brać górę nad zwyczajami dawnych pokoleń. Dajemy pierwszeństwo w szermierce metodzie włoskiej, bo okazała się zwycięską w zawodach międzynarodowych i postawiła w cień najlepsze tradycje innych narodów. To samo dotyczy wyższości japońskiego dżiu-dżicu nad zapasami europejskiemi, oraz całego szeregu stylów czy metod w pewnych sportach u Anglosasów, w innych znów u Skandynawów.

Podobnież więc, jak to stwierdziliśmy dla gimnastyki, tradycja i tu nie oddaje nam przysługi, przywiązując do określonej metody czy stylu, lecz raczej należy ją cenić, jako źródło zamiłowania do pewnych gałęzi sportu, zdawna zakorzenionych w naszej ojczyźnie. Tę prawdę mogliśmy zauważyć w przebiegu odrodzenia polskiej szermierki i jazdy konnej po odzyskaniu niepodległości, za staraniem naszej armji. W ciągu lat kilku, po beznadziejnem, jak się zdawało, zaniedbaniu, stanęliśmy na dobrym poziomie międzynarodowym. Bezwątpienia dlatego, że w każdym z nas żyła i żyje tradycja przywiązania do konia i szabli.

Jakież miejsce pozostaje tu dla twórczości? Oczywiście będzie chodzić o nieustanne doskonalenie metod i stylów. Zdawałoby się, że pod działaniem tak potężnego bodźca, jakim jest emulacja światowa na obszarze dzisiejszego sportu, temu czynnikowi dano pole możliwie najszersze. Lecz nasuwają się zastrzeżenia poważne, tak ze stanowiska istotnych zastosowań życiowych, jak i wartości wychowawczych. W gonitwie za maksymalnym wynikiem cyfrowym odbiegamy bowiem zbyt często od prawdy i życia. Skok lekkoatletyczny wzwyż, z rozbiegiem naukos i doskokiem na czworaki, skok o tyczce przy dzisiejszej długości tego przyboru, skok narciarski, bieg przez płotki; oto niektóre tyko z przykładów rozbratu z zastosowaniami życiowemi, dla efektu widowiskowego. Tu więc

potrzeba reformy; tych metod nie można żywcem przeszczepiać na teren szkolny. A nadto metodyka sportów wychowawczych jest zaledwie w stadjum początkowem i daje tak pedagogom, jak lekarzom szkolnym szerokie pole pracy twórczej. Mało zrobiono w tej mierze dotąd zagranicą; jeszcze mniej u nas. Dość powiedzieć, że nie zdobyliśmy się nawet na podręcznik sportowy dla użytku szkolnego, który, przecież miałby zbyt zapewniony.

A teraz ćwiczenia rozrywkowe: zabawy, gry, tańce. Tu tradycja musi z natury rzeczy posiadać największe prawa. Wynika to choćby z faktu, iż chodzi o bezwzględnie najstarszy dział ćwiczeń ciała, sięgający nietylko najodleglejszych czasów pierwotnej ludzkości, lecz w znacznej mierze nawet właściwy światu zwierzęcemu. Powtóre trzeba zważyć, że dział to najswobodniejszy, nie skrępowany ani (jak gimnastyka) ścisłemi wskazaniami naukowemi, ani też (jak sporty) kontrolą wyników liczbowych i zastosowań praktycznych. Nic więc dziwnego, że zato mógł najsilniej ulec działaniu trzeciego czynnika: tradycji.

Ale też zarazem tu najczęściej krytyka naukowa staje raczej po stronie tradycji, niż zbyt pochopnej twórczości. Już K. Groos, nestor teoretyków zabawy, przestrzega przed „konstruowaniem" nowych zabaw przez freblanki, a zdanie jego dziś podziela większość znawców przedmiotu. W elementach tradycyjnych tego działu posiadamy daleko pewniejszą gwarancję silnego i korzystnego działania na duszę i ciało dziecka, niż daje ją usiłowanie naiwnej wychowawczyni stworzenia zabawy „pouczającej". Ta gwarancja polega na zżyciu i wzajemnem przystosowaniu tych rozrywek z światem dziecięcym w ciągu szeregu stuleci. Warto zaś przypomnieć, że to zżycie daje w rezultacie obraz pełny odrębności narodowych, plemiennych, terytorjalnych, regjonalnych. Że zatem stanowi bardzo poważny przyczynek do zagadnienia wychowania fizycznego narodowego.

Napotykamy tu wszakże na trudność, nie znaną w równym stopniu nigdzie indziej. Ku wielkiemu naszemu wstydowi, bogactwo kultury polskiej tego działu jeszcze bardzo niedokładnie znamy, a nawet niezbyt kwapimy się poznać. Dość wskazać na kilkakrotnie ogłaszaną na łamach „Wychowania Fizycznego" ankietę w sprawie zabaw i gier polskich. Odpowiedzi napłynęły bardzo skąpo, tak, że dopiero w latach ostatnich, dzięki specjalnym zabiegom szeregu absolwentów poznańskiego S. W. F., rzecz posunęła się żwawiej naprzód. A niewiele czasu mamy do stracenia, gdyż

elementy te gwałtownie zanikają, m. in. pod wpływem szkoły, która zaszczepia dziatwie nowe (najczęściej amerykańskie) gry, wypierając niemi resztki nieraz bardzo cennej tradycji. A cóż mówić o tańcach, gdzie nie zdobyliśmy się dotąd na najmniejszy bodaj podręcznik do użytku szkół. Cały zaś szereg tańców ludowych (nawet góralskie!) nie doczekał się jeszcze wogóle opisu choreograficznego. Nie potrzeba zaś dodawać, że i tu zanik postępuje krokami olbrzyma, pod niszczącym wpływem coraz brzydszych trzęsionek murzyńsko-amerykańskich.

Zastrzegliśmy się przed zbyt pochopną twórczością freblanek. Czy jednak osoby o lepszych kwalifikacjach nie mogą próbować swych sił na polu tworzenia nowych gier, czy tańców? Bezwątpienia mogą. Sceptyków nawet musiał o tem przekonać przykład koszykówki i siatkówki. Te niedawnej daty inwencje amerykańskie obiegły już zwycięsko całą kulę ziemską i są wszędzie bardzo wysoko cenione (może i przeceniane, jak zobaczymy). Mniej jaskrawych dowodów możnaby przytoczyć znacznie więcej. Wracając do wymienionej pary gier amerykańskich, spostrzeżemy jedną z głównych przyczyn ich powodzenia w minimalnych rozmiarach boiska, jakiego one wymagają, przechodząc też często do sal. Ta zaleta jest zarazem ich wybitną wadą. Oddają nam niedźwiedzią przysługę w walce o wielkie przestrzenie dla gier. Gromadzą też wiele młodzieży na małych, niehigjenicznych podwórkach (lub salach) w środku miasta, zamiast wyciągnąć ją na obszerne błonia zamiejskie. Jakkolwiek bądź, te i inne przypadki powodzenia na tem polu dowodzą, że twórczość i w tej dziedzinie może się pokusić o tryumfy dość poważne i trwałe. Tem bardziej jeśli zamiast wynajdywać gry nowe, postaramy się o udoskonalenie już istniejących.

Jak się ta rzecz przedstawia u nas? Pomijając sporo prób, dotyczących małych zabaw i gier, zwracamy się ku tym, które powinny u starszej młodzieży nadawać ton sezonowi. Dla ciepłej pory roku jest takim bezsprzecznie p a l a n t, gra wciąż karygodnie zaniedbana w Polsce, mimo, że wszędzie, gdzie popracowano nad nią lat kilka, zapał młodzieży nigdy nie zawiódł (co do szkół wystarczy wskazać na Okręgi Szkolne: krakowski i poznański). Twórczość nasza zaznaczyła się dotąd pomysłem wiz. W. S i k o r s k i e g o w zakresie gier przygotowawczych do palanta, dając kwadrant, który zdobył sobie powodzenie wstępnym bojem. Dalej (ostatnio za sprawą wiz. Z. W y r o b k a) ustalono, na podstawie

tak tradycji jak doświadczenia), postać tej gry, obowiązującą dla szkolnictwa. Ale jeszcze niejedno pozostało do zrobienia. Nadewszystko popadliśmy (za przykładem Niemców) w błąd nie do darowania, zaniedbując, na wyłączną korzyść łatwiejszej, chłopięcej odmiany palanta, jego formę doskonalszą, młodzieńczą, sportową: palanta z galeniem. Tam podbijacz nie podrzuca sam sobie piłki do podbicia, lecz czynność tę wykonywa jeden z przeciwników, czyniąc tem grę trudniejszą i bardziej zajmującą. Zarazem do podbicia mogą być użyte obie ręce, dając nietylko większą siłę i celność, lecz zmniejszając jedną z nielicznych wad fizjologicznych palanta: jednostronność. Oczywiście wiele szczegółów ustali się ostatecznie drogą doświadczenia (a może i eksperymentu naukowego). Zachęcający przykład daje nam fiński *pesäpallo*, powstały przed laty niespełna 10-ciu z podobnych naszemu palantowi elementów tradycyjnych, a powszechnie tam przyjęty za główną grę narodową.

Nieco dłużej zatrzymamy się nad inną grupą gier młodzieńczych, odpowiednią dla chłodniejszych miesięcy, a wywodzącą się z angielskiej piłki nożnej. Że ta w szerokich kołach chłopców polskich wciąż jeszcze najpopularniejsza rozrywka posiada wielkie wady, jest rzeczą znaną i uznaną. Najważniejszą z nich — to przeciążenie nóg przy równoczesnem zaniedbaniu kończyn górnych. Jak ten brak usunąć, nie popadając w inne wady niemniejsze (nieobce np. brutalnej i niebezpiecznej *rugby*)? Starałem się te zagadnienia zbliżyć do rozwiązania już w r. 1907 na łamach warszawskiego „Ruchu", później zaś wprowadziłem szereg udoskonaleń tej „nożnej polskiej" w kolejnych wydaniach mego podręcznika zabaw i gier. Rzecz wypróbowano m. i. w Studjum W. F. Uniw. Poznań., Centr. Szkole Wojsk. G. i Sp., oraz w Zjednoczeniu Młodzieży Polskiej (które też wydało prawidła w osobnej broszurce p. Jaroszewskiego). Ale znacznie późniejszy niemiecki *Handball* wziął i u nas górę nad rodzimą formą, choć odznacza się inną znów jednostronnością, niepotrzebnie wykluczając zupełnie kopanie piłki.

To też warto wskazać na Amerykę, gdzie świeżo przeprowadzono z wielkiem powodzeniem analogiczną próbę. Jest to *Speedball*, obecnie już bardzo popularny, zwłaszcza w uniwersytetach i kolegjach amerykańskich. Podobnież jak w naszej nożnej polskiej, i tam piłka to przechodzi z rąk do rąk, to znów posuwa się po murawie trącana nogą, nie dając jednak pola do brutalnych zmagań, właściwych grze w „rugby". Ponieważ jednak boiska rugby

są w Ameryce tak powszechne, jak u nas zwyklej piłki nożnej, grę nową trzeba było tam osnuć na tle znanych reguł i urządzeń, tak, jak i my to uczyniliśmy dawniej. Tylko jakaż różnica! Ameryka ma zaufanie do własnych pomysłów, a my czekamy na obce...

Słówko jeszcze co do postulatu międzynarodowości sportowej. Tem hasłem bowiem nieraz się u nas zwalcza tak palanta, jak rodzime postacie piłki nożnej. Wszak nasz Związek Gier Sportowych wolał przyłączyć się w zakresie tych gier do kombinacji międzynarodowej pod wodzą Niemiec, niż pozostać przy swej odrębności. Odbywający się w naszych oczach upadek idei olimpijskiej przekonywa dowodnie, jakim darem Danaów bywa ta międzynarodowość. Ale nawet kto się jeszcze w tej mierze chce łudzić, niech zważy, że narody w sporcie przodujące mają, prócz gier upowszechnionych wszędzie, także swoje narodowe, jak krykiet angielski, baseball amerykański i t. p. Przy grożącej już wyraźnie degeneracji sportu, te właśnie elementy narodowe są powołane do odegrania roli jakby rezerwatów: zdrowych rozrywek, nie poddanych zbyt wielkiemu naciskowi międzynarodowej emulacji.

Nakoniec nieco o tańcach. Nie będę zatrzymywać się przy „twórczości" dzisiejszej, zwłaszcza amerykańskiej, na tem polu, gdyż tam motyw spekulacji rzuca się w oczy jako główna sprężyna każdemu z nas. To, nad czem warto zastanowić się, dotyczy postulatu udoskonalenia tych tańców ludowych polskich, które takiej reformy potrzebują. Ewolucję uszlachetniającą odbyły już dawno te z naszych tańców ludowych, które z chaty czy karczmy weszły do salonu (mazur, krakowiak i i.). Potrzebują jej jeszcze natomiast motywy podhalańskie, zwłaszcza pod względem ruchów kończyn górnych.

Tak w zakresie badania elementów tradycyjnych, jak ich umiejętnej krytytyki, jak wreszcie usiłowań w celu udoskonalenia— wszędzie rezultat zależy od celowej współpracy praktyków z teoretykami, sal ćwiczebnych i boisk z laboratorjami. I jedne i drugie są powołane do wysiłków, które zapewnią nam w dziedzinie wychowania fizycznego miejsce obok narodów, które do ogólnoludzkiego gmachu wniosły swój własny, oryginalny dorobek. A to będzie zarazem najzdrowszą postacią międzynarodowej emulacji.

STEFAN SZUMAN.

Rozwój ruchów u dziecka w wieku przedszkolnym i znaczenie tego rozwoju dla teorji i praktyki wychowania fizycznego.

1. Uzasadnienie potrzeby badania rozwoju motoryczności we wczesnem dzieciństwie dla celów wychowania fizycznego.

W teorji i praktyce wychowania fizycznego dotąd mało uwzględniono genetyczny punkt widzenia. Wychowawca fizyczny śledzi coprawda rozwój ruchów w wieku szkolnym, mając szczególnie na oku doskonalenie się sprawności gimnastycznej i sportowej. O naturalnym rozwoju ruchowym, to jest o rozwoju ruchowości z wiekiem niezależnie od specjalnych ćwiczeń, wiemy bardzo mało. W nowszych czasach Ozjerecki*) w swej skali metrycznej inteligencji ruchowej starał się zbadać tę stronę rozwoju motoryczności. Z punktu widzenia wychowania fizycznego nie zajmowano się natomiast dotąd, o ile mi wiadomo, prawie wcale rozwojem ruchowym w w i e k u p r z e d s z k o l n y m. Badali go jedynie psycholodzy odnośnie do własnych teoretycznych zagadnień. Tymczasem faktem jest, że we wczesnem dzieciństwie u człowieka cała motoryczność dopiero stopniowo powstaje i formuje się. Czy teorja wychowania fizycznego może się obyć bez dokładnej znajomości genezy ruchów u człowieka?! A jednak dotąd teoretycy wychowania fizycznego nie zajęli się tą dziedziną. W niniejszej rozprawce przedstawiamy rozwój ruchowy dziecka w pierwszych latach życia na podstawie dotychczasowego stanu badań na tem polu, przyczem opieramy się głównie na własnych kilkuletnich badaniach i obserwacjach. Pod względem teoretycznym niniejsze ujęcie pod wielu względami rozszerza i uzupełnia dotychczasowe spostrzeżenia, i daje swoistą syntezę z punktu widzenia teorji wychowania fizycznego.

Najważniejszem stwierdzeniem, jakie musimy zrobić na wstępie, jest skonstantowanie faktu, że człowiek przychodzi na świat

*) Stefan Szuman: O testach ruchowych i możliwości zastosowania ich do wychowania fizycznego. Wych. Fiz. 1927.

z motorycznością prawie zupełnie nieskoordynowaną, można rzec chaotyczną i że dopiero w ciągu kilkunastu pierwszych miesięcy swego życia uczy się posługiwać ruchowo swem ciałem. Przez to właśnie różni się człowiek zupełnie zasadniczo od zwierząt, które prawie od urodzenia panują nad swemi ruchami, wykonując potrzebne dla ich życia czynności instynktowe w sposób mniej lub więcej odrazu sprawny i skoordynowany. Nawet najwyżej rozwinięte zwierzęta ssące zaraz, lub kilka dni po urodzeniu, poruszają się swobodnie, kierują się same ku podnietom biologicznie dla nich ważnym i wykazują wkrótce wielką pewność i zręczność przy dokonywaniu jakichkolwiek instynktowych czynności, właściwych ich gatunkowi. Noworodek ludzki jest natomiast istotą skrajnie niedołężną i ruchowo bezradną i pozostaje przez kilkanaście pierwszych miesięcy, choć stopniowo w coraz mniejszym stopniu, niezręcznym i nieskoordynowanym ruchowo organizmem.

Jeżeli spróbujemy dokładniej zbadać istotę tej niezręczności i niezaradności ruchowej, to będziemy mogli stwierdzić jako główne cechy brak skierowania ruchów i brak powiązania ruchów poszczególnych części ciała między sobą. Czyli, że u niemowlęcia nie nastąpiła jeszcze orjentacja i integracja ruchów, Gdy będziemy badali stopniowe doskonalenie się ruchów dziecka, to przekonamy się, że idzie ono właściwie w kierunku orjentacji i integracji. Skierowanie ruchów (orjentacja) następuje pod wpływem podniet idących od organów zmysłowych, szczególnie dotyku, wzroku, powonienia i słuchu, a syntetyczne scałkowanie (integracja) ruchów poszczególnych następuje w zakresie dążeń i czynności dziecka, kierowanych zmysłami. U dziecka musi zatem dopiero w czasie pierwszych kilku miesięcy życia nastąpić połączenie między sferą sensoryczną (zmysłów), a sferą motoryczną. Wszystkie ruchy są zasadniczo ruchami sensu-motorycznemi, t. j. skurczami grup mięśniowych tak skoordynowanemi, ze kierują ciało, względnie jego części i kończyny, w kierunku jakiejś podniety i na jakiś przedmiot, na który ruchowo oddziałujemy. Ruchy ciała następują zwykle pod wpływem jakiejś podniety sensorycznej, jako reakcja na nią i w jej kierunku**). U zwierząt istnieje wrodzony, przy urodzeniu gotowy i ustalony związek między sferą motoryczną i sensoryczną oraz pewne gotowe koordynacje grup mięśniowych na skutek pewnych określonych podniet umożliwiające wykonanie skierowanych

**) Reakcje (odruchy) nieskierowane i ruchy ideomotoryczne wyłączamy narazie umyślnie z rozważań.

i dostosowanych do podniety czynności (ruchy instynktowe). U noworodka człowieka tych koordynacyi sensumotorycznych jeszcze niema, z wyjątkiem kilkunastu prostych odruchów i brak jeszcze powiązania poszczególnych aparatów ruchowych w całości czynnościowe. Niemowlę musi zatem dopiero w ciągu życia wytworzyć te zespoły funkcjonalne, czynnościowe, między sferą sensoryczną i motoryczną, oraz między poszczególnemi grupami mięśniowemi, potrzebnemi do wykonania danej czynności, któremi zwierzę od urodzenia dysponuje. Ten właśnie proces orjentacji i integracji ruchowej możemy u dziecka małego dokładnie śledzić i w ten sposób poznać stopniową rozbudowę funkcyj ruchowych u człowieka.

Powiedzieliśmy powyżej, że ruchy rozwijają i doskonalą się u dziecka przez wzrastający coraz bardziej wpływ sfery sensorycznej na koordynacje mięśniowe i na skierowanie członków ciała przy ruchu w różnych kierunkach i na różne objekty. Trzeba odróżnić dwie odrębne sfery, zmysłowe. Jedna grupa organów zmysłowych daje nam znać o zmianach zachodzących wewnątrz naszego ciała. Jest to tak zwana sfera p r o p r i o c e p t y w n a, orjentująca nas w położeniu kończyn, w napięciu mięśni, w ruchach w stawach etc. za pomocą czuć odbieranych z tych organów. Druga grupa organów zmysłowych skierowana jest na zewnątrz, orjentuje nas w przestrzeni i kieruje naszemi ruchami oddziałującemi na przedmioty zewnętrzne; jest to tak zwana sfera e k s t r o c e p t y w n a.

Otóż rozwój ruchów u dziecka następuje po pierwsze pod wpływem sfery e k s t r o c e p t y w n e j w ten sposób, że ruchy zostają skierowane na zewnętrzne podniety i przystosowane do zewnętrznych przedmiotów. W ten sposób powstają powoli u dziecka czynności s k i e r o w a n e, c e l o w e i p r a k t y c z n e, a różne koordynacje ruchowe poszczególnych mięśni i organów wytwarzają się w ciągu życia w przystosowaniu do różnych przedmiotów manipulacji, codziennego użytku, oraz do narzędzi. Taki rozwój następuje szczególnie odnośnie do rąk i palców. W połączeniu z temi narzędziowemi czynnościami rozwija się też umysł i inteligencja, a czynności naodwrót stają się z wiekiem coraz bardziej zależne od procesów myślenia (ruchy ideomotoryczne, eksperymentujące, badające). Z tym rodzajem ruchów wychowanie fizyczne ma stosunkowo mało do czynienia. W mechaniźmie ogólnego r o z w o j u ruchów u człowieka wpływ sfery ekstroceptywnej ma jednak b a r d z o w i e l k i e z n a c z e n i e i dlatego musimy się nim bliżej zająć.

Sfera proprioceptywna w dziedzinie ruchów spełnia funkcję inną, a mianowicie szczególnie kontrolującą i koordynującą. Podniety kinetyczne orjentują mózg o stanie napięcia i o następstwie skurczów różnych grup mięśniowych, pracujących w czasie wykonywania pewnych czynności. To ułatwia sprawną koordynację i umożliwia precyzję wykonania, wynikającą wtedy, gdy n.p. wskutek choroby czucia proprioceptywne zanikają (ataksja). Czucia te regulują też szczególnie napięcie (tonus) statyczne i dynamiczne mięśni przy postawach i ruchach całego ciała i jego kończyn w zależności od organów zmysłowych, dających nam znać o położeniu ciała w przestrzeni i o położeniu różnych części ciała względem siebie. Najważniejsze w tej dziedzinie ruchy lokomocyjne i ruchy swobodne, nie skierowane na określone zewnętrzne przedmioty (taniec, ruchy gimnastyczne, część ruchów sportowych). Są to ruchy całego ciała i ruchy tułowiu oraz kończyn. Wychowanie fizyczne rozwija szczególnie te proprioceptywno-motoryczne ruchy.

Zajmiemy się teraz szczegółowo najpierw rozwojem ruchów skierowanych i manipulacyjnych, a następnie ruchów swobodnych lokomocyjnych, gimnastycznych i sportowych u małego dziecka.

II. Rozwój ruchów skierowanych na podniety przestrzenne i przystosowanych do przedmiotów (praksje).

a) Ruchy błędne. W pierwszych miesiącach życia obserwujemy u niemowlęcia specjalny rodzaj ruchów, zwanych przez różnych autorów ruchami impulsywnemi, albo spontanicznemi (Ch. Bühler), albo wyładowującemi energję (Abfuhrbewegungen, Bernfeld). Będziemy je nazywali ruchami błędnemi, bo są to istotnie ruchy jakby ślepe, nieskierowane na żadną podnietę, nieskoordynowane i jakby błądzące w przestrzeni. Ruchy te powstają prawdopobnie w ten sposób, że energja ośrodków motorycznych centralnego systemu nerwowego działa na poszczególne mięśnie, czy grupy mięśniowe i wywołuje ruch, któremu jednak jeszcze brak skierowania i skoordynowania. Robią dlatego wrażenie ruchów bez sensu i bez celu. Polegają one na zginaniu i prostowaniu kończyn w poszczególnych stawach, na wymachiwaniu kończynami w różnych kierunkach przestrzeni. Ruchy te nie są kierowane ani wolą, czy wewnętrznym zamiarem lub planem, ani też zewnętrznemi podnietami. Wyzwala je poprostu wewnętrzny impuls do ruchu (stąd termin: ruchy impulsywne) nie nadając im jednak określonego kierunku i określonej formy. Są to więc ruchy przy-

padkowe i chaotyczne, ruchy poniekąd dziwne, nie spotykane prawie w motoryczności człowieka dorosłego. Przypominają je może ruchy prostowania ciała i bezwiedne, nieskierowane ruchy członków po przebudzeniu oraz ruchy bezmyślne, automatyczne, wykonywane w chwilach zmęczenia i bezczynności. Otóż te ruchy błędne noworodka są niejako surowym materjałem, tworzywem, z którego się stopniowo formują ruchy skierowane, skoordynowane, podlegające woli i służące do wykonywania celowych działań. Ruchy błędne nie są ruchami sensu-motorycznemi. Ich przekształcenie na ruchy skierowane i skoordynowane nastąpi właśnie pod wpływem oddziaływania sfery ekstroceptywnej na przebieg i kierunek ruchu. Poznamy ten proces za chwilę.

b) Ruchy izolowane wrodzone (odruchy). Narazie musimy się jeszcze zapoznać krótko z odruchami dziecka. Noworodek posiada poza ruchami błędnemi szereg ruchów sprawnie i precyzyjnie funkcjonujących. Są niemi znane powszechnie odruchy, jak odruch źrenicy, odruch krztuszenia się i kaszlu przy podrażnieniu błony tchawicy, odruch zaciśnięcia się powiek przy dotknięciu spojówki, odruch skurczu mięśni brzucha przy szybkiem dotknięciu skóry w tem miejscu, odruch kolanowy przy uderzeniu ścięgna poniżej rzepki, odruch zamknięcia palców przy dotknięciu dłoni itd. Wszystkie te odruchy są jednak ruchami izolowanemi, następującemi automatycznie w obrębie pewnej grupy mięśniowej za podziałaniem pewnej określonej podniety. Ruchy te nie stoją ze sobą w związku, nie łączą się w zespół czynnościowy z innemi ruchami, lecz przebiegają w odosobnieniu. Otóż, między innemi, ewolucja ruchowa u dziecka polega, jak to zaraz opiszemy na integracji różnych sfer ruchowych i zmysłowych, na zespoleniu poszczególnych izolowanych ruchów w całokształty czynnościowe, spełniające określone funkcje w odniesieniu do świataze wnętrznego. Rozwój ruchowy polega w znacznej mierze na integracji ruchów izolowanych, na zespoleniu fragmentów motoryki w całokształty celowych czynności.

c) Rozwój ruchów nastawiających organy zmysłowe na ich centrum. Z chaosu ruchów błędnych wyodrębniają się jako jedne z pierwszych ruchy nastawiające i kierujące dany narząd zmysłowy na podniety, położone w pewnym punkcie przestrzeni, tak zwane skierowania. Jako przykład niech nam posłuży zmysł wzroku. W pierwszych kilku tygodniach życia dziecko nie umie skierować oczu na

daną podnietę wisualną, n.p. na świecę, lub jakiś błyszczący przedmiot, jak to już zauważył Preyer. Nawet te proste mechanizmy ruchowe muszą się u dziecka, w przeciwieństwie do zwierząt, wytworzyć. Dziecko musi się nauczyć kierować wzrok na przedmioty, uczy się dopiero dzięki pewnej praktyce i pewnemu doświadczeniu nastawiać oczy na przedmiot dany tak, aby się on odzwierciedlał w centrum siatkówki, w miejscu najlepszego widzenia. Następuje to dopiero kilka tygodni po urodzeniu.

Podobne zjawisko obserwujemy przy nastawieniu ust dziecka na brodawkę piersi matki, tylko że tu mechanizm szukania i nastawienia jest od urodzenia już bardziej udoskonalony. Jeżeli przyłożymy dziecko kilkudniowe do piersi matki, to wykonuje ono szereg wahadłowych ruchów głową, aż usta jego natrafią na brodawkę. Wtedy dziecko chwyta brodawkę ustami i rozpoczyna ssanie. Jeżeli dotkniemy palcem policzków dziecka to otrzymamy podobną reakcję: dziecko tak długo rusza główką, aż natrafi ustami na nasz palec, który zaczyna ssać, tak jak pierś matki. Zupełnie analogiczne zjawisko obserwowałem w sferze dotykowej dłoni dziecka. Jeżeli podrażnimy dotykowo rączkę dziecka, przytykając w różnych miejscach do niej ołówek lub nasz palec, to wywołuje to reakcję niespokojnego ruszania się rączki, które trwa tak długo, aż dziecko dłonią nie natrafi na przedmiot. W ciągu pierwszych trzech do czterech miesięcy życia ta reakcja nastawienia ręki dłonią na przedmiot wyczuły dotykiem coraz bardziej się doskonali. W końcu u niektórych zwierząt np. u koni, można obserwować nastawienie uszu w kierunku posłyszanego dźwięku, a u dzieci wytwarza się z czasem skierowanie głowy w kierunku dźwięku, oraz nastawienie oczu w tym kierunku, co później omówimy dokładniej.

Wszystkie wymienione powyżej skierowania organów zmysłowych na podnietę w ten sposób, aby dany narząd odbierał podnietę swem centrum, t. j. zwykle miejscem najwyrazistszego i najsilniejszego odbioru, przebiegają zasadniczo w ten sam sposób. Podnieta działająca na peryferji narządu, powoduje niespokojne szukanie podniety, a naodwrót po nastawieniu na centrum następuje uspokojenie tej szukającej oscylacji i spokojne nastawienie narządu na podnietę, względnie dalsze inne ruchy wobec przedmiotu działającego na daną sferę zmysłową, jak zbliżanie się do niego, przyciąganie go do ust, nastawienie innych narządów zmysłowych na niego, czem się jeszcze dokładniej zajmiemy później. Możemy zatem ogólnie powiedzieć, że podniety na peryferji

wywołują niepokój ruchowy, a podniety działające na centrum, uspokojenie ruchowe. Z czasem, przez częste powtórki te „szukające“, próbujące nastawienia doskonalą się i automatyzują i zamieniają na nastawienia reflektoryczne, co u dziecka następuje po kilku miesiącach. Ewolucja w tej dziedzinie ruchowej ma zatem taki przebieg, że ruchy nastawiające niepewne, szukające, zmieniają się stopniowo na sprawne, automatyczne nastawienie odruchowe.

Dla ogólnego rozwoju ruchowego ten krok naprzód ma bardzo doniosłe znaczenie. Przez skierowanie narządów zmysłowych na podniety położone w różnych punktach przestrzeni powstają bowiem niejako cele dla czynności ruchowych wogóle. Ruchy odtąd mogą się kierować ku czemuś, dążyć w jakimś kierunku, przestają być błędne i ślepe. Lecz te skierowania nie są u człowieka, jak widzieliśmy, wrodzone, lecz muszą się wytworzyć przez doświadczenie, pod wpływem oddziaływania podniet sensorycznych na koordynację mięśniową.

d) Koordynacja apercepcyjna. Początkowo każdy narząd zmysłowy sam dla siebie, z osobna — nastawia się na daną podnietę sensoryczną. Dalszym, niezmiernie ważnym krokiem rozwojowym zarówno w dziedzinie sensorycznej jak motorycznej jest skierowanie równoczesne dwuch (lub kilku), zmysłów na tą samę podnietę. W sferze sensorycznej następuje wielozmysłowe ujęcie spostrzegawcze podniety, dzięki czemu psychika ją pełniej i wyraźniej ujmuje. W sferze motorycznej wytwarzają się w ten sposób koordynacje ruchowe różnych i w różnych miejscach organizmu położonych narządów. Powstaje więc integracja ruchów różnych części ciała, równoczesne skierowanie ich na tę samą podnietę, zespolenie ich w tej samej czynności.

Te wielozmysłowe nastawienia wytwarzają się, według naszego zdania, w ten sam sposób jak omówione powyżej nastawienia jednozmysłowe. Działanie podniety na jeden z narządów zmysłowych np. na słuch, wywołuje niepokój ruchowy w całym organiźmie, między innemi następują też szukające ruchy głowy i gałek ocznych. Gdy dziecko przy tej sposobności spostrzeże jakiś przedmiot, który np. upadł i przez to wywołał dźwięk, to ujmuje ono to samo zjawisko równocześnie za pomocą dwuch różnych zmysłów, — słuchowo, a zaraz potem wzrokowo. W tym związku dźwięk wywołuje niepokój ruchowy, a odszukanie przyczyny

wzroku wzrokiem powoduje uspokojenie, względnie dalszą akcję, np. zbliżenie się do danego przedmiotu. *).

Wśród różnych połączeń i koordynacyj ruchowych różnych narządów i części organizmu gra u człowieka rolę może najważniejszą połączenie nastawieniowe między wzrokiem a dotykiem, między okiem i ręką, między spostrzeżeniem wzrokowem a chwytem. W pierwszych kilku miesiącach życia dziecko nie potrafi wyciągnąć rączki w kierunku spostrzeżonego wzrokowo przedmiotu i go uchwycić. Możemy natomiast często zauważyć niepokój ruchowy w całem ciele, a szczególnie w górnych kończynach. Wpatrzone w jakiś bliski przedmiot, który je interesuje, wymachuje dziecko rączkami, zaciska i otwiera piąstki, zgina i prostuje ramiona lecz nie umie jeszcze skierować rąk na przedmiot dany i go uchwycić. Koordynacje potrzebne do tego ruchu muszą się najpierw wytworzyć w szeregu wielu prób i wysiłków. Najpierw następuje skierowanie wzroku na rączkę, która przypadkowo coś dotknęła, uchwyciła; później dopiero, wtórnie, ręka dziecka kieruje się na przedmiot spostrzeżony, znajdujący się w odpowiedniej odległości, aby go uchwycić. Następuje to dopiero mniej więcej w czwartym lub piątym miesiącu.

Chwytanie przedmiotów i wynikające stąd manipulowanie nimi jest ogromnie ważnym i zwykle niedocenianym czynnikiem rozwojowym umysłowości ludzkiej. Gra ono też naczelną rolę w utwarzaniu się motoryczności człowieka. Ruchy kończyn górnych, a szczególnie rąk, są ruchami w zwykłych, codziennych, praktycznych zajęciach człowieka najważniejszemi. Są one bowiem wszystkie mniej lub więcej skierowane na przedmioty, a przedmioty chwytamy rękami i rękami na nie oddziaływujemy zabawowo lub praktycznie. O ważności ruchów rąk dla funkcyj życiowych i umysłowych człowieka świadczy między innemi fakt, że na korze mózgowej, na tak zwanem polu projekcyjnem motorycznem, pole projekcyjne ręki zajmuje mniejwięcej tyle miejsca, co pole motoryczne całej reszty ciała.

e) Czynności manipulacyjne dziecka. Bezpośrednio po wyuczeniu się pierwszych chwytów zaczynają się rozwijać u dziecka zabawy manipulacyjne (od ok. 6 mies. począwszy). Polegają one na aktywnem, zmysłowo-ruchowem zapoznawaniu się

---

*) Moją teorję podniet podniecających i uspakajających uzasadniam bliżej w pracy, która się ukaże w b. r. w Kwartalniku Psychologicznym.

z przedmiotami. Dziecko chwyta co tylko ma pod ręką i obserwuje uważnie uchwycone przedmioty, oddziałując na nie rączkami, przez co poznaje równocześnie dotykiem ich konsystencję, wagę, powierzchnię, kształt etc.

Z punktu widzenia motoryczności w następstwie czynności manipulacyjnych wytwarzają się u dziecka najróżniejsze zespoły ruchowe odnośnie do poszczególnych przedmiotów. Każdy z nich wymaga innego przystosowania ruchowego, każdy z nich służy do czegoś innego i trzeba się z nim inaczej obchodzić, chcąc się nim posługiwać we właściwy sposób. W zabawach manipulacyjnych poszczególne przedmioty wywołują zatem odrębne formy przystosowania ruchowego, dzięki czemu ruchy kończyn górnych zaczynają się zamieniać na pewien szereg odrębnych czynności manipulacyjnych, zautomatyzowanych co do przebiegu i koordynacji mięśniowej. Każdemu przedmiotowi manipulacyjnemu odpowiada pewien odrębny zespół ruchów. Piłką dziecko rzuca, sznurki i wstążeczki rozciąga, szmateczkami przykrywa i owija, papier mnie i drze, łyżeczką je, z kubków pije, kapelusz nakłada na głowę, świecę zdmuchuje, zapałki zapala etc. Każda z tych zabawowo-manipulacyjnych, narzędziowych, czy praktycznych czynności wymaga innych koordynacyj mięśniowych, innego następstwa i zespołu ruchów. Każdej z tych czynności musi się dziecko dopiero nauczyć z pewnym mozołem i wysiłkiem. Później automatyzują się one prawie zupełnie i powstają z nich tak zwane w neurologji praksje, t.j. czynności wykonywane przeważnie w związku z przedmiotami codziennego użytku i potrzebami praktycznemi codziennego życia, jak n. p. ubieranie się, kłanianie, zapalanie zapałek, zaklejanie kopert, nakręcanie zegarka itp.

Widzimy zatem, że ruchy skierowane kończyn górnych u człowieka zawdzięczają swą specjalizację i swą bogatą różnorodność temu, że rozwijają się w zastosowaniu do różnych przedmiotów i dla różnych potrzeb zabawowych i praktycznych, wymagających ruchowego przystosowania się do danych przedmiotów i celów. Ruch dziecka rozwija się i kształci na przedmiotach. Dzięki tym zajęciom zabawowym manipulacyjnym, a później praktycznym, motoryczność człowieka staje się o wiele bogatsza, różnorodniejsza i wyspecjalizowana, niż motoryczność zwierząt, która coprawda zaraz po urodzeniu pracuje mniej lub więcej odrazu sprawnie, ale w swem ograniczaniu do przedmiotów

instynktu mało się już doskonali w ciągu życia i nie rozszerza tak jak u człowieka, przez wciągnięcie coraz to nowych przedmiotów w obręb manipulacyjnych i praktycznych działań.

f) Dysocjacja w rozwoju ruchów u dziecka. Poznaliśmy dotąd rozwój ruchów dziecka od strony tworzenia się zespołów ruchowych z mniej lub więcej izolowanych ruchów początkowych. Dla powstania pełnej, sprawnej motoryczności musiało nastąpić najpierw nastawienie poszczególnych narządów zmysłowych na podnietę, następnie skierowanie różnych narządów na ten sam przedmiot lub cel, następnie połączenie ruchów całego ciała względnie jego kończyn, jak n. p. zbliżanie się i oddalanie, chwytanie, przyciąganie, odnośnie do przedmiotów, następnie odnośnie do manipulacji zabawowej i praktycznej przedmiotami dziecko musiało łączyć ruchy organów zmysłowych, kończyn, palców, oddzielnych grup mięśniowych w nowe zespoły funkcjonalne i w ten sposób wytworzyły się praksje. W całej tej ewolucji mechanizm rozwojowy polegał przedewszystkiem na integracji, na łączeniu grup i systemów ruchowych, pracujących początkowo oddzielnie, w zespoły ruchowe, służące pewnym celom w odniesieniu do świata zewnętrznego, przestrzennego, przedmiotowego.

Z kolei musimy czytelnika zapoznać krótko z procesem dysocjacji w ewolucji ruchowej. Poza ruchami izolowanemi poszczególnych narządów i poza refleksami, obejmującemi określone grupy mięśniowe, jak np. odruch źrenicy, odruch kolanowy. ruchy ciała występują początkowo w pewnych globalnych zespołach, w pewnych pierwotnych całokształtach, tak zwanych synkinezach wrodzonych, z których dopiero z czasem, dzięki przystosowaniu ruchowemu do poszczególnych funkcji skierowanych na konkretne cele, wyodrębniają się i izolują szczegółowe, drobniejsze ruchy. Tak naprzykład pierwsze chwyty dziecka są zwykle chwytami oburącz. Chwyty jedną ręką, zwykle prawą rzadziej lewą, zależnie od prawo — lub leworęczności danego indywiduum, powstają przez specjalizację jednej z rąk w chwytaniu, przez przyzwyczajanie i automatyzację, przyczem wrodzone dyspozycje nerwowe decydują o tem, czy prawa, czy też lewa ręka staje się główną chwytającą i wykonującą ważniejsze i trudniejsze zadania. Chwyty jedną ręką powstają zatem przez dysocjację chwytów oburęcznych i specjalizację jednej z kończyn.

Dysocjację przy doskonaleniu się rozwojowem ruchów możemy szczególnie dobrze studjować w zakresie ruchów palcami.

Dziecko początkowo chwyta całą garścią, wszystkiemi palcami naraz. Chwytanie dwoma palcami rozwija się dopiero później przy sposobności chwytania małych drobin, jak ziarenek, pyłków, perełek etc. W zastosowaniu do różnych czynności manipulacyjnych doskonalą się szczególnie ruchy kciuka i palca wskazującego. Ruchy innych palców są, jak wiadomo, silnie ze sobe związane, tak że dopiero specjalne ćwiczenia, potrzebne np. przy grze na fortepianie uzdalniają je do samodzielnych ruchów.

Analogiczne zjawisko obserwujemy w rozwoju mimiki. Przy płaczu noworodka cała twarz się kurczy. Z wiekiem mimika coraz wyraźniej się specjalizuje i zależnie od nastroju, inne grupy mięśniowe są czynne. Synkinezje pierwotne obejmują zwykle obie strony ciała, ruchy są symetryczne, jak np. chwyt oburącz, lub równoczesne zamykanie i otwieranie powiek. Dopiero z wiekiem uczy się człowiek np. otwierać jedno oko, a drugie równocześnie zamykać, nie kurcząc przytem licznych innych mięśni twarzy. Impuls ruchowy płynący od centralnego systemu nerwowego do narządów wykonawczych rozlewa się niejako początkowo po obszernych rozgałęzieniach nerwowych, a dopiero stopniowo uczy się człowiek kierować go do izolowanych, szczególnych, małych grup mięśniowych. Ewolucyjne ruchy globalne wyprzedzają ruchy szczegółowe, a synkinezje ruchy izolowane.

Dysocjacja ruchowa następuje w rozwoju podobnie jak integracja, przez skierowanie ruchów ku pewnym celom i zadaniom, przez przystosowanie ruchów do manipulacji przedmiotami, przyczem dla wykonania pewnych zadań można się posługiwać tylko szczegółowemi ruchami (a nie globalnemi synkinezjami), które trzeba przez wysiłek i ćwiczenia dopiero wytworzyć i udoskonalić.

g) Streszczenie. Streszczając poprzednią analizę rozwoju ruchów dziecka pod wpływem podniet ekstroceptywnych możemy stwierdzić co następuje:

1) W przeciwieństwie do zwierząt człowiek przychodzi na świat z motorycznością nieskoordynowaną i nieskierowaną. Prawie wszyskich ruchów i czynności musi się dziecko dopiero nauczyć. Następuje to głównie w pierwszych latach życia dziecka.

2) W pierwszych miesiącach życia dziecko coprawda rusza swemi kończynami i swem ciałem, ale te ruchy są mimowolne i nieopanowane (nie kierowane wewnętrzną intencją, wolą), oraz

ślepe (nie kierujące się odruchowo na podniety zewnętrzne, nieskierowane). Ruchy te nazywamy ruchami błędnemi. Rozwój ruchowy może zatem nastąpić tylko przez nadanie im kierunku, oraz przez wewnętrzne opanowanie ruchów.

3) Pierwszemi ruchami skierowanemi są nastawienia narządów zmysłowych na podnietę.

4) Przez równoczesne nastawienie kilku narządów zmysłowych na jedną podnietę następuje dalszy ważny etap rozwojowy w dziedzinie motoryczności, a mianowicie integracja motoryczna kilku narządów lub kończyn przy tej samej, skierowanej na pewien cel, czynności. Najważniejszą formą tych integracyj jest chwyt przedmiotów wisualnie spostrzeżonych.

5) Z chwytu rodzą się czynności manipulacyjne, t. j. oddziaływanie ruchowe na przedmioty, początkowo zabawowe, później praktyczne i narzędziowe. Czynności te mają wielki wpływ na uformowanie się różnych rodzai szczegółowych ruchów, przyczem następuje dalsza integracja różnych oddzielnych partyj systemu mięśniowego (przez koordynację w centralnym systemie nerwowym). Zależnie od przedmiotu i od posługiwania się nim (użytkowego, narzędziowego, zabawowego) trzeba się bowiem ruchowo do danego przedmiotu przystosować. Manipulacja w zakresie danych przedmiotów automatyzuje się z czasem i powstają tak zwane praksje.

6) Poza integracją w rozwoju ruchowym i w uczeniu się ruchów ważną rolę gra dysocjacja pierwotnych synkinezyj i wyodrębnienie szczegółowych, drobnych ruchów z globalnych całokształtów. Ten kierunek ewolucji jest również zależny od manipulacji przedmiotami, od przystosowania się ruchowego do szczególnych zadań przy posługiwaniu się przedmiotami.

W rezultacie powyższy rozdział wskazuje na wielką zależność rozwoju ruchów od sfery zmysłowej, od danych sensorycznych ekstroceptywnych, które dostarczają podniet wywołujących ruch i nadających kierunek i cel dążenia poszczególnym ruchom. W końcu, w zakresie przystosowania się ruchowego do przedmiotów i ich użytku, tworzą się określone nowe formy ruchu, czyli nowe zespoły skurczów różnych mięśni ciała, służące do wykonania określonej pracy. Dzięki temu człowiek wytwarza w przeciwieństwie do zwierzęcia tak wielkie bogactwo form ruchów kończyn górnych, szczególnie czynności praktycznych, podczas gdy

zwierze nie rozwija samodzielnie swej motoryczności poza zakres instynktowych, stereotypowych czynności swego gatunku. Zwierzęta natomiast, poza wyspecjalizowanemi instynktami posiadają zwykle jeszcze bardzo rozwiniętą ruchowość proprioceptywną i lokomocyjną, której rozwojem u człowieka zajmiemy się teraz.

(c. d. n.).

Dr. MIECZYSŁAW ORŁOWICZ.

Organizacja opieki państwowej nad turystyką i przemysłem turystycznym w Polsce.

Stosownie do zapowiedzi umieszczonej w 1 — 4 numerze „Wychowania Fizycznego" podaję w tym artykule w najogólniejszym streszczeniu prace dokonane przez rozmaite władze centralne w dziedzinie opieki nad turystyką i przemysłem turystycznym oraz propagandy turystycznej Polski za granicą. Zaznaczam bowiem, że działalność w tej dziedzinie jest rozbitą między kilka ministerstw.

1. Referat Turystyki Ministerstwa Robót Publicznych. Podobnie jak to ma miejsce we Francji opieka nad turystyką weszła w Polsce w okresie ustalania kompetencji ministerstw w początkach 1919 r. w zakres działania Min. Robót Publicznych. Z dniem 1 lipca 1919 r. został utworzony Referat Turystyki podporządkowany Departamentowi Ogólnemu Ministerstwa, a jego kierownictwo powierzono podpisanemu. Etat pracowników Referatu wynosił w pierwszym roku jego działalności 1 osobę, od grudnia 1919 r. dodano sekretarkę, od 1929 r. zastępcę referenta w randze radcy ministerjalnego, które to stanowisko objął p. Stanisław Lenartowicz. Sekretarką od grudnia 1919 r. jest p. Marja Szachówna. Od tego czasu etat pracowników Referatu nie powiększył się. Od stycznia 1924 r. został Referat przydzielony do Departamentu Drogowego Ministerstwa i podporządkowany Wydziałowi Konserwacji dróg, którego naczelnikiem jest inż. Mieczysław Rappe.

W zakresie działania Referatu Turystyki weszła opieka nad towarzystwami turystycznemi, popieranie urządzeń turystycznych,

literatury turystycznej i ruchu turystycznego wewnątrz Polski, oraz propaganda turystyczna Polski zagranicą. Program działalności Referatu został opracowany jeszcze w 1919 r. ogłoszony w wychodzącym wówczas organie Ministerstwa „Roboty Publiczne", oraz zaakceptowany i rozszerzony na zjeździe delegatów polskich towarzystw turystycznych, który z inicjatywy Min. Rob. Publicznych obradował w dniach 11 i 12 października 1919 r. w Krakowie. Narazie postanowiono ograniczyć się do popierania turystyki krajowej i rozbudowy urządzeń turystycznych w Polsce, a dopiero od 1925 r. po poprawieniu się stosunków komunikacyjnych i hotelarskich rozpoczęto propagandę turystyczną Polski zagranicą.

Bardzo skromne budżety Referatu Turystyki nie pozwoliły na realizację wielu zamierzeń. Szczególnie niskie były one w pierwszych 6 latach działalności Referatu 1919 — 1924, kiedy wynosiły przeciętnie od 100 do 7000 zł. rocznie, po przeliczeniu na walutę dzisiejszą. Ogółem dysponował Referat Turystyki w okresie pięciolecia 1919—23 kwotą w dzisiejszej walucie około 30000 zł. W 1924 r. wobec oszczędności finansowych w okresie wprowadzenia złotego skreślono zupełnie budżet na cele turystyki. Cokolwiek poprawiła się sytuacja w 1925 r. kiedy podniesiono kredyty Referatu Turystyki. W pierwszych trzech latach wynosiły one niespełna po 60.000 zł. rocznie, w szczególności w 1925 r. 57.700 zł. w 1926 r. 55.000 zł., w 1927 r. 50.000 zł. W dwuch latach następnych kredyty wzrosły w porównaniu ze stanem poprzednim trzy względnie czterokrotnie, i tak w 1928 r. do 155.000 zł., 1929 r. 190.000 zł. w czem 40.000 zł. przeznaczono na Międzynarodowy Kongres Urzędów Turystycznych, który odbył się w tym roku w Polsce, resztę na ogólne wydatki turystyczne. W latach następnych wskutek kryzysu ekonomicznego i redukcji kredytowych spadły również kredyty Referatu Turystyki. Teoretycznie wynosiły one po 240000 zł. rocznie, jednakże w 1930 r. wyasygnowano z tego tylko 157.026 zł. zaś w 1931 r. 60.550 zł.

Podwyższenie kredytów Referatu w ostatnich kilku latach pozwoliło już na cokolwiek wydatniejsze subwencjonowanie inwestycji turystycznych na podjęcie wydawnictw turystycznych w językach obcych i na pewną, na niewielką skalę prowadzoną propagandę turystyczną Polski zagranicą.

Ogółem w ciągu 13 lecia 1919 — 1931 r. budżet Referatu Turystyki wynosił 773.000 zł. t. j. przeciętnie rocznie po 59.500 zł.

Brak miejsca nie pozwala na szczegółowe sprawozdanie dotyczące wszystkich agend Referatu Turystyki, ograniczam się zatem tylko do najważniejszych punktów działalności.

a) Stosunkowo największy procent kredytów na cele turystyki pochłonęły subwencje na inwestycje turystyczne udzielane towarzystwom turystycznym na rozbudowę schronisk, domów wycieczkowych, budowę i znakowanie ścieżek turystycznych i t.d. Dzięki tym subwencjom rozbudowała się bardzo znacznie sieć schronisk i domów wycieczkowych w Polsce, Zarówno w Karpatach jak w Polsce środkowej i północnej, a długość znakowanych ścieżek turystycznych przewyższa 2000 km. Do 31 marca r. b. t. j. do końca poprzedniego okresu budżetowero udzieliło Ministerstwo Robót Publicznych 367.000 zł. jako subwencje na inwestycje turystyczne, pochłoneły one zatem blisko połowę kredytów jakimi Ministerstwo dysponowało na cele turystyki. Między innymi subwencje takie zostały udzielone na budowę i znakowanie ścieżek w Tatrach, Beskidach Zachodnich, Beskidach Wschodnich, Górach Świętokrzyskich, Szwajcarji Kaszubskiej, Puszczy Kampinowskiej, w okolicach Ojcowa, na domy wycieczkowe w Krakowie, Warszawie, Sandomierzu, Gdyni, Pucku, Zakopanem, schroniska turystyczne na Hali Gąsienicowej, w Dolinie Chochołowskiej przy Morskiem Oku i przy pięciu Stawach w Tatrach, na Równicy, Stożku i Baraniej górze w Beskidach Śląskich, na Pilsku, Lubaniu i Turbaczu w Beskidach Zachodnich, w Pieninach, w Sławsku, na Jalu, Worochcie i na Zaroślaku w Beskidach Wschodnich, w Pieskowej Skale k. Ojcowa, nad Świtezią, nad Naroczą, nad Jeziorem Trockim, w Zaleszczykach, Krzywczu na Podolu, w Miodoborach i t. d.

b) Jedną z ważniejszych agend Referatu była działalność wydawnicza. Ogółem na wydawnictwa wydano dotychczas około 125.000 zł. co stanowi blisko 20% ogółu kredytów jakimi dysponował Referat Turystyki. $^2/_3$ tej kwoty poszły na wydawnictwa w językach obcych, częściowo o charakterze informacyjnym, częściowo propagandowym, $^1/_3$ na wydawnictwa w języku polskim. Wśród wydawnictw informacyjnych w językach obcych wyróżnia się wydany w 1927 r. w języku francuskim dr. M. Orłowicza „Guide Illustre de la Pologne" w nakładzie 6000 egzem. Jest to tom o blisko 300 stron druku ozdobiony 160 ilustracjami. Wydawnictwa progagandowe wychodziły w językach francuskim, angielskim, niemieckim, esperanckim, i węgierskim. Poza wydawnictwami własnemi, które wobec dużego zapotrzebowania, a małych nakładów ulegały

szybko wyczerpaniu, na koszt Referatu Turystyki nabywano też wydawnictwa prywatne celem rozsyłania je zagranicą.

c) Od 1925 r. Referat Turystyki nawiązał kontakt z międzynarodowemi organizacjami turystycznemi przystępując w 1925 r. do Consiel Central de Tourisme International w Paryżu, w 1926 r. do Union Internationale des Organes Officiels de Propagande Touristique w Hadze (jest to Międzynarodowy Związek Urzędów Turystycznych), i wreszcie w 1927 r. do Alliance International de Tourisme w Brukseli. Referat Turystyki nadsyła do ich wydawnictw wiadomości dotyczące Polski i turystyki w Polsce, przygotowuje referaty na ich Zjazdy, przedkłada ich uchwały i opinje kompetentnym władzom polskim. W zjazdach wymienionej organizacji biorą udział częściowo podpisany, jako kierownik Referatu Turystyki, częściowo Ryszard Minchejmer, inspektor dróg i mostów w Min. Robót Publicznych, jako wybitny znawca międzynarodowych zagadnień ruchu drogowego i spraw automobilowych.

d) Propagandę turystyczną Polski zagranicą rozpoczął Referat Turystyki dopiero w 1925 r. jednakże ze względu na brak potrzebnych kredytów jest ona prowadzona w bardzo skromnym zakresie. Rozpoczynając od 1925 r. wydano kilkadziesiąt tysięcy rozmaitych broszur informacyjnych i propagandowych w 6 językach, które są rozsyłane do zagranicznych towarzystw turystycznych i biur podróży. Od 1925 r. przygotowuje Referat Turystyki działy Polski dla zagranicznych wystaw turystycznych. I tak np. w 1925 r. dla Międzynarodowej wystawy turystycznej w Grenoble w latach 1927 i 1928 dla wystawy w Chicago, w 1930 r. dla Międzynarodowej wystawy w Leodjum w Belgji. Koszt tych wystaw wyniósł około 90.000 zł.

e) Referat Turystyki przygotował polski dział turystyczny na powszechną wystawę krajową w Poznaniu w 1929 r. kosztem 20.000 złotych, oraz na znacznie większą skalę i przy pomocy Komitetów wojewódzkich na międzynarodowej wystawie komunikacji i turystyki w Poznaniu w 1930 r. gdzie wynajem stoisk kosztował 130.000 zł.

f) W latach 1924 i 1925 współudział Referatu Turystyki przy przygotowaniu konwencji turystycznej polsko-czechosłowackiej, podpisanej w Pradze 30 maja 1925 r., zaś obecnie w akcji mającej na celu przygotowanie konwencji turystycznej polsko-rumuńskiej.

g) Dla uporządkowania stosunków i podniesienia najważniejszych stacji turystycznych i terenów turystycznych w Polsce, zostały z inicjatywy referatu przeprowadzone 4 ankiety, których ob-

szerne protokuły zostały wydane drukiem. Ankiety 1919 i 1929 r. dotyczyły Zakopanego, Podhala i Tatr, ankieta z 1927 r. Gdyni i Wybrzeża Morskiego, ankieta z 1930 r. Karpat Wschodnich.

h) Z inicjatywy i przy współudziale Referatu Turystyki odbyły się dwa polskie kongresy turystyczne, złożone z delegatów wszystkich działających wówczas w Polsce towarzystw turystycznych i krajoznawczych, klubów automobilowych, związków propagandy turystycznej, związków sportowych kierujących działami sportu związanymi z turystyką i t. d. Pierwszy z nich obradował w Krakowie w dniach 11 i 12 października 1919, drugi w Warszawie 2 i 3 kwietnia 1927. Na obydwu omówiono bardzo szczegółowo program działalności państwa i organizacji społecznych w dziedzinie turystyki i propagandy turystycznej, oraz organizacji związanych z turystyką. Między innemi na drugim z tych kongresów zainicjonowano powstanie Związku Polskich Tow. Turystycznych.

i) Referat Turystyki starał się rozszerzyć organizację istniejących towarzystw turystycznych i krajoznawczych na wszystkie województwa, dawał inicjatywę, względnie współudział przy zakładaniu nowych towarzystw turystycznych, związków propagandy turystycznej, kontrolował i popierał ich działalność, starał się o poparcie tej działalności przez samorządy i t. p.

j) Referat Turystyki kieruje pracami referentów turystyki przy urzędach wojewódzkich, Wojewódzkich Komisji Turystycznych, współdziała w pracach Międzyministerjalnej Komisji Turystycznej, utrzymuje stały kontakt ze wszystkimi ministerstwami, w zakres działania których wchodzą sprawy propagandy turystycznej, rozmaitych działów przemysłu turystycznego, wychowania fizycznego i sportu, ochrony przyrody, i t. d. przekłada kompetentnym ministerstwom wnioski dotyczące potrzebnych dla rozwoju turystyki udogodnień i t. d.

2. *Referaty turystyki przy urzędach wojewódzkich.* Reskryptem Min. Robót Publicznych z dn. 3 marca 1924 r. zostały utworzone Referaty Turystyki przy urzędach wojewódzkich. Nie są to stanowiska etatowe, ale sprawy turystyki przydzielono jako zajęcie dodatkowe jednemu z urzędników Dyrekcji Robót Publicznych a w wyjątkowych wypadkach (np. Tarnopol) innym urzędnikom województwa. Referaty te stosownie do indywidualności referentów i ich osobistego zamiłowania do turystyki i krajoznawstwa, rozwinęły w wielu województwach energiczną i pożyteczną działalność. Ma to miejsce szczególnie w tych województwach, gdzie referenci

turystyki połączyli w swych osobach działalność urzędową z działalnością społeczną, obejmując prezesury względnie sekretarjaty w towarzystwach turystycznych, względnie krajoznawczych, jak np. w Tarnopolu, Wilnie, Nowogródku, Łucku i t. d. Drugi polski kongres turystyczny, który odbył się w 1927 r. wyraził specjalne uznanie referentowi turystyki w województwie tarnopolskim radcy Kunzekowi, oraz w województwie lwowskiem inż. Dudrykowi.

Od 1927 r. odbywają się w Min. Robót Publicznych corocznie zjazdy referentów turystyki przy urzędach wojewódzkich, celem wysłuchania sprawozdań z działalności w ubiegłym roku i omówiewienia programu działalności na przyszłość. Staraniem referentów turystyki wyszły już przewodniki turystyczne po niektórych województwach (np. po województwie tarnopolskiem i stanisławowskiem) oraz broszury propagandowe danych województw w językach obcych, (np. woj. nowogródzkie, Podole). Referenci turystyki przygotowali też działy turystyczne swych województw na międzynarodową wystawę komunikacji i turystyki w Poznaniu w 1930 r.

(c. d. n.)

J. BARAN — instruktor C. I. W. F. w Warszawie.

Metodyka lekkiej atletyki w szkołach średnich.

Sportem, który najłatwiej daje się uprawiać masowo jest lekka atletyka. Nazywamy ją królową sportów, ja zaś dodałbym jej jeszcze nazwę „fundament sportów".

Bieg, skok i rzut stanowią istotę lekkiej atletyki. Z tych bieg jest podstawą wszystkich ćwiczeń sportowych, bo ćwiczy w najczystszej formie płuca i serce, bez prawidłowego funkcjonowania, których nie można się poświęcić sportowi, skok jest znowu wieloprocentowym składnikiem gimnastyki i gier sportowych oraz innych sportów. Rzut znajduje wiele zastosowania w grach, mniej w innych sportach, natomiast praktyczna jego wartość jako ćwiczenia stosowanego w wojsku odgrywa dużą rolę, tak więc lekkaatletyka bezwątpienia stanowi jądro wszystkich ćwiczeń fizycznych.

Wartość lekkiej atletyki jako ćwiczenia leży przedewszystkiem w jej dużej wszechstronności. Zbawienny wpływ biegu na serce i płuca znany jest dostatecznie. Rozwija on mięśnie nóg, a częściowo i górnej połowy ciała. Skoki z ich rozmaitemi odmianami rozwijają przedewszystkiem stawy kończyn dolnych i tułowiu, resztę dopełniają rzuty ćwicząc przedewszystkiem mięśnie rąk i górnej połowy ciała.

Ważniejszą jednak zaletą ćwiczeń lekkoatletycznych z punktu widzenia uprawiania jej przez młodzież szkolną widzę w tem, że ćwiczenia te rozwijają i kształcą właściwości duchowe. Rzuty i skoki oparte są oprócz zdolności wrodzonych w dużej mierze na technicznem ich opanowaniu — przytem technika ta nie jest rzeczą prostą, wymaga ona oparcia o znajomość praw mechaniki i fizyki, ćwiczenia te pobudzają więc ćwiczącego do rozważań teoretycznych, uczą skupienia uwagi i hartują wytrwałość. Nikt tak jak ćwiczący nie wie ile trudu i uporu wymaga opanowanie stylu rzutu i skoku. Skok, zwłaszcza o tyczce wymaga ogromnej dozy odwagi i zdecydowania. Są więc ćwiczenia lekkoatletyczne razem wzięte szkołą woli w prawdziwem tego słowa znaczeniu. Obserwowanie i studjowanie stylu wyrabia inteligencję. Widzimy więc, że kształcenie charakteru i osobowości za pomocą sportu stawić musimy u młodzieży na jednem z poważniejszych miejsc.

Wieloboje lekkoatletyczne, które są wzorem wszechstronności winny być przedewszystkiem celem ćwiczących i usiłowaniem wychowawcy fizycznego.

Poza temi naczelnemi zaletami jest jedna wada, która tem jaskrawiej może wystąpić właśnie u młodzieży. Jest nią wybujała indywidualność i wyrosłe na tem podłożu dążenia do rekordów. Jest to wada kardynalna, o której musi pamiętać nie ćwiczący ale wychowawca fizyczny. W tym właśnie tkwi jego wartość wychowawcza i jego wpływ, aby umiał w sposób dyskretny i metodyczny przeciwdziałać złu. Nie należy tego jednak rozumieć krańcowo. W ujęciu społecznem zagadnienia, walka na arenie sportowej istnieć musi, usprawiedliwiać ją będą czynniki natury wybiegającej poza ramy działania wychowawcy w szkole, który pamiętać musi, że zasadą sportów nie jest osiąganie rekordów ze szkodą dla zdrowia, lecz tylko doprowadzenie każdego poszczególnego człowieka do możliwej granicy sprawności bez szkody dla organizmu.

To też zadaniem wychowawcy fizycznego jest niedopuszczanie w szkole do nadmiernej specjalizacji, nie może on jednak tłumić chęci uzdolnionych wybitnie talentów zwłaszcza w klasach wyższych w dążeniu do osiągania rezultatów możliwych. Uważałbym to za przesadę. Zdaniem moim uczeń musi ćwiczyć z wszystkimi wspólnie, nie opuszczać żadnych obowiązkowych ćwiczeń objętych programem, dyktowanym przez wychowawcę fizycznego ale w wolnych chwilach może on poświęcać kilka chwil swemu ulubionemu ćwiczeniu. Wychowawca fizyczny poprawia jego styl, daje mu wskazówki, ale zawsze znajdzie sposobność dyskretnego zwrócenia uwagi na ujemne skutki specjalizacji. Jak tu postępować, na to niema reguły. Są to rzeczy tak różne, tak zależne od charakteru ćwiczącego, jego zalet i wad, że wymagają zawsze indywidualnego traktowania.

Jako drobny atut, a bardzo skuteczny w ręku nauczyciela mogący wpłynąć wychowawczo na ucznia (jest to jeden z wielu) st nagradzanie za poparwny . styl. W skoku wzwyż np. przyznaje się trzy nagrody pierwszym w skoku a ponadto trzy najlepszym stylistom, którymi najczęściej jak to zaobserwowałem nie są najwyżej skaczący. Oczywiście przekroczenie pewnej minimalnej granicy musi tu być zawarowane. Jest to ogromną zachętą dla ćwiczących i podkreśla wartość lekkiej atletyki, jako ćwiczenia, a więc wychowawczej lekkiej atletyki jak ją niektórzy nazywają, stawiając ją na równi z lekką atletyką zawodniczą.

Po tych ogólnych uwagach możnaby wyciągnąć wnioski dotyczące uprawiania lekkiej atletyki w szkole. Są to: 1) masowe traktowanie, 2) wieloboje, sztafety i zawody drużynowe przedstawiające wartość największą, 3) styl stawiany jest na równi z wynikami, 4) wartość wychowawcza lekkiej atletyki, stawiana przed lekką atletyką zawodniczą, 5) nie wykluczanie specjalizacji jednak odbywającej się pod bacznem okiem w ramach minimalnych. Pozatem musi wychowawca fizyczny w szkole zwrócić uwagę przy nauczaniu lekkiej atletyki na przeciwskazania wynikające z okresów wieku młodzieży.

Okres przejściowy, a więc od 13 — 15 roku życia włącznie przeznaczamy na ćwiczenia łatwe, będziemy dbać, aby młodzież nie przemęczyła się w tym okresie. Biegi zwłaszcza średnie i dłuższe, częste zawody nie byłyby tu wskazane. Okres przeto przejściowy wykorzystany być może na przyswojenie młodzieży tych ruchów, które przyczyniają się do opanowania techniki. W ten

sposób krótko precyzuję zasady, na których powinna opierać się lekka atletyka w szkole.

Szczupłe ramy artykułu nie zezwalają na rozwinięcie postawionych tez. Są one jednak jasne dla fachowców. Mając je na uwadze przy opracowaniu programów i prowadzeniu ćwiczeń nie popełnimy błędów zasadniczych i śmiem twierdzić będziemy w pracy na właściwej drodze.

Oceniając znaczenie lekkiej atletyki w ćwiczeniach młodzieży będziemy jej dawali formę najzdrowszą, to jest wychowawczą, zaś formę zawodniczą czysto indywidualną, pozostawimy na planie dalszym i utrzymamy pod naszą ścisłą kontrolą.

Instruktor wychowania fizycznego w szkole średniej, powinien nakreślić plan i zakres lekkiej atletyki na okres 8-miu klas. Rozkład materjału nauczania poszczególnych konkurencyj według stopnia trudności, intensywności ćwiczeń dla ugrupowań klasowych. Wyobrażam sobie następująco: Lekka atletyka w pierwszej i drugiej klasie szkoły średniej nadaje się w lekcjach gimnastyki (zwłaszcza prowadzonych na boiskach) jako część składowa osnowy w formie ćwiczeń przygotowawczych, lub w lekcjach gier i zabaw w formie faz biegu, rzutu i skoku. Lekcja gimnastyki obejmie w tem ujęciu elementy pracy rąk i nóg przy biegu, tułowiu i rąk przy rzucie oraz podstawy techniki skoku z miejsca i z rozbiegiem wzwyż i wdal, przyczem należy zwrócić uwagę na opanowanie się ćwiczącego podczas rozbiegu, odbicia i doskoku, a nadto na koordynację kończyn dolnych, górnych i tułowiu w czasie biegu, rzutu i skoku. Przyrządy gimnastyczne są pomocą dla instruktora ponieważ na nich można wykonać cały szereg ćwiczeń przygotowawczych do biegów i rzutów. W klasach od trzeciej do ósmej prowadzimy systematyczną zaprawę techniki poszczególnych konkurencyj. W zespołach tych klas przeprowadzić należy stały podział na dwie lub trzy drużyny, a najzdolniejszych z uczniów wyznaczyć jako drużynowych i przygotowywać ich do prowadzenia ćwiczeń w drużynach. Stały podział klasy na grupy umożliwia sprawne przeprowadzenie dwu a nawet trzech konkurencyj w jednej lekcji.

Klasa trzecia i czwarta obejmuje:

a) biegi krótkie: ćwiczenia przygotowawcze do biegu,
bieg właściwy 40—60 m stylem zamachowym (naturalnym),
start niski — dobieg,

b) skoki: ćwiczenia przygotowawcze,
skok wzwyż z miejsca,
skok wzwyż z rozbiegiem stylem naturalnym,

c) rzuty: pchnięcie kulą ćwiczenia przygotowawcze,
pchnięcie z miejsca stylem naturalnym,
pchnięcie z rozbiegiem.

W tym okresie ze względu na wiek przejściowy wypada unikać ćwiczeń długotrwałych, siłowych i należy ograniczać długość rozbiegu w skokach. Niedopuszczać w tych klasach do współzawodnictwa, dążyć do osiągnięcia zainteresowania przez urozmaicanie ćwiczeń i poglądowe prowadzenie, doskonalić technikę ćwiczeń.

Klasa piąta obejmuje:

powtórzenie i doskonalenie biegu krótkiego, bieg na krzywiźnie, biegi rozstawne 50—100 m, styl odbijający.

Skoki: powtórzenie ćwiczeń klasy czwartej oraz skok wzwyż stylem kalifornijskim.

Rzuty: powtórzenie pchnięcia kulą oraz rzuty dyskiem. Ćwiczenia przygotowawcze oraz rzut z miejsca, nauka obrotu.

Klasa szósta i siódma obejmuje:

biegi: powtórzenie startu, biegi krótkie 100 — 400 m, biegi średnie 400—800 m, ćwiczenia przygotowawcze, naukę stylu odbijającego oraz biegu grupowego wolnym tempem za prowadzącym. Bieg przez płotki—ćwiczenia przygotowawcze, fazy biegu, technikę przejścia płotka, kroki od startu do pierwszego płotka, przestrzeń międzypłotkową.

Skoki: wzwyż — kalifornijski — doskonalenie,
wdal — styl piersiowy.

Rzuty: dysk — rzuty z miejsca, obrót, rzuty z obrotem.

Rzut oszczepem — ćwiczenia przygotowawcze, rzut z miejsca, w marszu.

Klasa ósma obejmuje:

biegi: powtórzenie biegu krótkiego i średniego, jednokilometrowy,—grupowy marsz terenowy za prowadzącym, pięciominutowy marszobieg leśny lub naprzełaj za prowadzącym (na zmianę 1 minuta bieg, 1 minuta marsz), jednostkowy bieg 400 — 800 m na bieżni. Powtórzenie biegu przez płotki.

Skoki: wzwyż kalifornijski, wdal piersiowy (powtórzenie) oraz skok o tyczce: ćwiczenia przygotowawcze, fazy skoku—trzymanie,

bieg, wsuwanie, odbicie i skok, pracę ciała nad poprzeczką, lądowanie.

Rzuty oszczepem z miejsca i z rozbiegiem.

Przy opracowaniu osnów lekcyjnych instruktor powoduje się następującemi wskazówkami: 1) miejscowemi warunkami pracy, 2) ilością godzin dla danego przedmiotu, 3) porą roku, 4) liczbą uczniów, 5) wielkością boisk, 6) ilością i jakością przyborów, 5) kwalifikacją drużynowych. Plan lekcji zezwala na kontrolę, porównanie oraz doskonalenie metody pracy i daje materjał sprawozdawczy.

W lekcjach lekkiej atletyki należy stosować identyczne zasady nauczania jak w gimnastyce. Zwrócić należy uwagę na rozstawienie uczniów przy rzutach (dyskiem i oszczepem) tak daleko i szeroko aby mieć pewność bezpieczeństwa ćwiczących.

Tok lekcyjny, stopniowanie ćwiczeń i zasób materjału ćwiczebnego podaje szczegółowo m. in. podręcznik „Zasady nauczania lekkiej atletyki" Mierzejewski-Baran-Humen.

Dla wykazania wyników pracy oraz celem przygotowania młodzieży do prób o P.O.S. w klasach 5 i 6 urządzać należy zawody na styl w trójboju indywidualnym: jeden bieg (50—60—100 mtr.), jeden skok (wzwyż, wdal), jeden rzut (kula, dysk) oraz przeprowadzać zawody na styl w biegach, skokach i rzutach.

W klasach 7 i 8 pożądanem jest prowadzić zawody na wynik i styl drużynowe, jedno, trój lub pięciobojowe.

Wskazanem jest pozatem urządzanie zawodów z okazji świąt szkolnych jako międzyklasowych i międzyzakładowych.

Należy zaznaczyć, że w programie dla nowego typu szkół średnich władze szkolne przewidują następujący rozkład materjału nauczania lekkoatletyki:

I. **I klasa gimnazjum.**

W ćwiczeniach gimnastycznych dobierać należy ruchy proste, jako przygotowanie do lekkiej atletyki, uwzględniając skoki wzwyż i w dal, oraz rzuty piłkami.

II klasa gimnazjum.

Jak w klasie pierwszej, z dodaniem w ćwiczeniach przygotowujących do lekkiej atletyki biegów krótkich.

III klasa gimnazjum.

Obejmuje: bieg 60 m, skoki wzwyż i w dal z odbicia nogą prawą i lewą, sztafeta 4 × 60 m, rzuty piłką uszatą o wadze 1 kg i dyskiem wagi 1 kg.

IV klasa gimnazjum.

Obejmuje: program klasy III-ej oraz rzut granatem wagi 500 g.

II. **I i II klasa liceum.**

Obejmuje: bieg 100 m, rzut dyskiem 1 kg, rzut oszczepem 600 g, rzut granatem 500 g, pchnięcie kulą 2 — 5 kg, rzut piłką palantową, rzut piłką siatkową, skoki z rozbiegu w dal i wzwyż z odbicia prawą i lewą nogą, biegi naprzełaj 3 km.

Oceny książek.

Laskowski K. „**Boks**". (Główna Księgarnia Wojskowa. 1932 r.).

Podręcznik ten, opracowany w dość szczupłych ramach, jest jednak niezaprzecznie cenną pracą, uzupełniającą choć częściowo dotkliwe luki w naszej literaturze sportowej. Strona techniczna, a specjalnie nauka walki opracowana jest bardzo starannie. Z nowych wartości w tej dziedzinie wnosi podręcznik przedewszystkiem dokładnie opracowany problem zasłon w chwili zadawania ciosu. Jest to największa zaleta pracy w stosunku do poprzednich wydawnictw z tej dziedziny w Polsce. Ćwiczenia przygotowawcze są również potraktowane obszerniej niż to miało miejsce dotychczas. Nauka walki ilustrowana rzeczowo i przejrzyście. Same zdjęcia techniczne bez zarzutu, wykonane są nie zawsze ładnie, ale to już wina wydawców. W szczegółach tu i owdzie przy następnych wydaniach tego podręcznika, czego ze względu na swą wartość winien on się niewątpliwie doczekać, wskazane są pewne poprawki i uzupełnienia. I tak np. pokazanie ciosu „lewy prosty w tułów" (rys. 41), zademonstrowane na przeciwniku objaśniałoby dokładniej sam cios jak również miejsce trafienia.

Drobne usterki nie obniżają bezsprzecznej wartości podręcznika, który, jako poświęcony praktyce jednego z najbardziej wartościowych, a ostatnio jednego z najpopularniejszych sportów, winien się znaleźć w bibljoteczce podręcznej każdego nauczyciela i instruktora — wychowawcy fizycznego.

S.

Roman Umiastowski, „**Ludzie Przestworza**", Warszawa, 1930 (Główna Księgarnia Wojskowa, str. 412, rycin 32).

Książkę „Ludzie Przestworza" czyta się z przyjemnością. Autor ujął opisy walk powietrznych w taki sposób, że czytający wczuwa się w myśli i uczucie poszczególnych pilotów i załóg, wykonujących trudne zadania nakazane. Aby dać czytającemu jak najgłębszy obraz życia i pracy lotnictwa autor w ciekawym opowiadaniu posługując się często pamiętnikami „asów" daje przedziwnie piękne opisy nieba, chmur i tą błękitnawą ponad 2000 m, właściwą tej wysokości atmosferę, w której widać chmurkł rozprysków jedną obok drugiej, jakby goniące uchodzący nieprzyjacielski samolot.

A na lotnisku frontowem w tym gołębniku: „Od świtu aż do nocy ze względu na bliskość ofenzywy silniki ani na minutę nie przerywają swego ponurego warczenia. Krzyżują się klucze. Kiedy jeden wzbija się w niebo,

drugi ląduje. Niebo nad lotniskiem jest bardziej ożywione niż okolice ula. Roją się tam samoloty, krążąc, wznoszą w głąb chmur i tak bez przerwy wzrasta lub cichnie ich śpiew triumfalny".

„Ludzie Przestworza" to okrzyk zwycięzców, ból pokonanych i chwała Guynemerów, Richthofenów, Garrosów.

Inż. Wojtarowicz, Poznań.
major pilot.

Ks. Dr. K. Milik. **„Życie żołnierza".** (nakł. Zjednoczenia Młodzieży Polskiej. Skład Główny S. A. „Ostoja" Poznań).

Bardzo dobrze, że książka ta znalazła się na półkach księgarskich. Brak było bowiem w Polsce dotychczas książki, którąby informowała w tak przystępny, a zarazem szczegółowy sposób o życiu żołnierskiem. Książkę tę polecić można wszystkim bez wyjątku. Powinni ją przeczytać zarówno ci młodzieńcy, których czeka odbycie służby wojskowej, jak również starsi żołnierze lub rezerwiści. Pierwsi czytać powinni „Życie żołnierza", ażeby zaznajomić się chociaż z daleka z życiem w koszarach, ustrzec przed różnego rodzaju niebezpieczeństwami, lub karami za nieprzestrzeganie terminów lub niewypełnienie któregoś z obowiązków — przed wcieleniem do służby czynnej. Niejednemu z młodych ludzi przyjdzie ta książka z pomocą, czy to przy staraniu się o odroczenie, lub też zwolnienie, jako jedynemu żywicielowi rodziny.

Jest to praktyczny podręcznik pouczający młodego adepta sztuki wojennej w jaki sposób uniknąć niebezpieczeństw, zagrażających jego duszy i ciału. Rezerwiści książkę tę mogą przeczytać celem przypomnienia sobie chwil przeżytych w wojsku. Książka ta napisana pięknym językiem daje rzeczywisty obraz życia żołnierskiego. Autor ksiądz dr. Milik w sposób swobodny, w jaki przemawiał do żołnierzy, pełniąc funkcję kapelana w 75 pp. i w książce swej stara się przed oczyma czytelnika przesunąć jakby taśmę filmową, na której są zrobione zdjęcia z życia naszej armji. Na specjalną uwagę zasługuje znajomość psychologji żołnierza, oraz realne przedstawienie wszystkich niemal dodatnich i ujemnych stron życia wojskowego.

Jednej dziedzinie trochę mało poświęcił autor uwagi, a jest nią wychowanie fizyczne. Wydaje nam się, że ksiądz kapelan Milik mógłby chociaż kilka wierszy poświęcić wychowaniu fizycznemu prowadzonemu w armji. Tembardziej, że ono wiąże się ściśle ze zdrowiem moralnem żołnierza, a dość często sport, zabawy, gry i lekka atletyka zajmują żołnierzowi dużo wolnego czasu i chronią go przed różnego rodzaju niebezpieczeństwami. Jeśli autor mówi o różnych sposobach godziwego spędzania chwil wolnych od zajęć służbowych byłoby wskazane, gdyby i o tej godnej uwagi rzeczy wspomniał w swej książce. Rozumiemy dobrze, że szczupłość miejsca nie pozwoliła autorowi „Życia żołnierza" rozwinąć szerzej wszystkich cennych myśli, zawartych w tej książce, lecz tej ważnej dziedzinie wychowania można było poświęcić kilka wierszy. Nie chcemy bynajmniej robić z tego powodu zarzutu autorowi, lecz może w przyszłym wydaniu dałoby się tę rzecz uzupełnić.

Kończąc to krótkie omówienie „Życia żołnierza" wyrażamy życzenie, aby ta książka była czytana przez jak najszersze warstwy młodzieży. Czytać ją mogą bowiem zarówno ludzie wykształceni, jako też i młodzież robotnicza i włościańska. Niechaj „Życie żołnierza" stanie się gwiazdą przewodnią wszystkich młodzieńców, których czeka rzemiosło wojenne.

Eugenjusz Dmochowski, Poznań.

Z prasy polskiej

Prof. dr. Eug. Piasecki. Granice wysiłków sportowych. (Nowiny Lekarskie 1932, zesz. 8). Jest to wykład, wygłoszony na Kursie Dokształcającym dla Lekarzy w Ciechocinku. Autor na wstępie domaga się ścisłego rozgraniczenia między sportem widowiskowym z jednej, a rozrywkowym z drugiej strony, tem bardziej, że pierwszy z nich narzuca się wciąż naszej uwadze krzykliwą reklamą. Tymczasem tylko sport rozrywkowy (wraz ze swemi odmianami: sp. zdrowotnym i wychowawczym) jest cennym czynnikiem higjeniczno-społecznym. Jeśli zaś i ten czasami schodzi na manowce, dzieje się to pod zaraźliwym wpływem manji rekordów i mistrzostw, szerzonej przez widowiska sportowe.

Jak każdy zabieg energiczny, tak i wysiłki sportowe mogą stać się mieczem obusiecznym, gdy przekroczą właściwe dla danego osobnika granice nasilenia lub trwania, warunkowane jego konstytucją, płcią, stopniem wieku i wyćwiczenia uprzedniego. Zaczynając od układu ruchowego, natrafiamy na świeżo dopiero (dzięki głównie *Baetznerowi*) lepiej poznaną dziedzinę urazów przewlekłych. Mięśnie, ścięgna, stawy, a nawet kości, ulegają, jak wiadomo, pod wpływem umiarkowanych ćwiczeń przerostowi roboczemu. Ten wszakże, w przypadkach przesady sportowej, ustępuje niebawem zmianom degeneracyjnym i zanikowym. *Knoll* starał się osłabić tezy *Baetznera*, lecz inni badacze (m. in. *Hora* i *Bętkowski*) je potwierdzają.

W obrębie układu oddechowego, dzięki badaniom *Duriga* i in. znamy t. zw. rozdęcie płuc czyli rozedmę ostrą), jako zjawisko bardzo częste w następstwie większych wysiłków sportowych. Ma ona zwykle przemijać rychło bez stałych konsekwencyj. Czy zawsze? Tu pewne wątpliwości wzbudzają odosobnione (jak dotąd) spostrzeżenia *Knolla* co do prawdziwej rozedmy, wywołanej u dzieci przedwczesnym treningiem narciarskim.

Znacznie więcej wiemy o zmianach w układzie krążenia. Że sam przerost roboczy serca u sportowców jest zjawiskiem fizjologicznem, o tem przekonały nas już badania *Jundella.* Natomiast dość powszechna panuje dziś zgoda co do rozróżnienia dwóch stanów patologicznych w następstwie przemęczenia sportowego: podrażnienia i rozszerzenia serca. Pierwsze z nich cechuje się wysoką częstością spoczynkową tętna, bardzo silnem reagowaniem tętna na małą nawet pracę i powolnym powrotem do normy. W drugiem — do tych objawów dołącza się trwałe rozszerzenie jam sercowych. Jako zwiastuny przemęczenia tego organu podają jedni z autorów skurcze dodatkowe (*(extrasystole)*, których nie było przed wysiłkiem, inni opóźnienie powrotu tętna do normy, to znów brak zmniejszenia wymiarów serca bezpośrednio po pracy, wysokie ciśnienie rozkurczowe etc.

Schilling, Jegorow i in. zapoznali nas z doniosłemi zmianami w zakresie funkcji organów krwiotwórczych. Te wzmagają swą czynność do pewnej granicy, poza którą widzimy t. z. stadjum degeneracji, gdzie silna poprzednio leukocytoza zmniejsza się, z równoczesnem obniżeniem ilości komórek młodych, co świadczy o wyczerpywaniu się tych narządów.

Huntemüller stwierdził na zawod-

nikach olimpijskich (St. Moritz i Amsterdam, 1928) zmniejszenie odporności organizmu na zakażenia wskutek znacznego i długotrwałego obniżenia ilości a l e k s y n we krwi po wysiłkach.

Co do n e r e k, badanie moczu po większych natężeniach pracy mięśniowej wykazuje zmiany niepokojące: białkomocz, wałeczki szkliste i ziarniste, komórki przybłonków nerkowych, a często i składniki morfotyczne krwi. Gdyby nie fakt, że według dotychczasowych obserwacyj objawy te znikają w najbliższych dniach bez śladu, gotowi bylibyśmy wziąć je za dowód co najmniej silnego podrażnienia zapalnego. Czy zawsze są niewinne, o tem niektórzy badacze (m. in. *Krestownikow* powątpiewają.

W konkluzji autor stwierdza, że maksymalne natężenie wysiłków mięśniowych wywołuje nierzadko w narządach bardziej eksponowanych zmiany patologiczne, częściej zaś zbliżone do patologicznych, lecz szybko przemijające. Jest kwestją otwartą, czy powtarzające się takie krótkotrwałe stany, graniczące z chorobowemi, pozostają istotnie w ciągu lat bez szkodliwych następstw.

Nie można pominąć także strony m o r a l n e j sportu widowiskowego. Jak już dziś sami organizatorzy tego ruchu wyznają w chwilach szczerości, zamiast zapowiadanych szumnie wielkich cnót, przynosi on młodzieży deprawację i demoralizację. Brutalność zdziczenie, intrygi, brudne interesy pod pokrywką sportu; oto stały refren, jaki widnieje choćby z codziennych rubryk sportowych każdego dziennika.

Gdzie źródło wszystkich tych niedomagań? Oto w zbyt lekkomyślnem rozpętaniu i tak z natury potężnego i n s t y n k t u e m u l a c y j n e g o. On to wraz z pokrewnym mu instynktem bojowym, dają owo roznamiętnienie tak wykonawców, jak widzów, traktujące ilość bramek zdobytych w grze czy też ułamki centymetra lub sekundy w skoku czy w biegu jakby zdarzenia, decydujące o losach świata. Stąd jednostronność rozwoju fizycznego i przemęczenie; stąd też podkopywanie przeciwnika *per fas* czy *per nefas*. tricki, intrygi, a nierzadko i bójki na boisku.

Niepodobna też myśleć o skutecznem zwalczaniu tego zła bez bardzo znacznego ograniczenia emulacji. Czują to Amerykanie i dlatego wprowadzają do szkół i uniwersytetów emulację wewnętrzną *(intramural athletics)*, nie wychodzącą poza obręb danej uczelni. Autor zaleca ten środek, lecz nie uważa go za wystarczający. Dlatego przypomina hasło s p o r t u b e z t r y b u n, które rzucił był już przed kilku laty: zerwania ze sportem jako widowiskiem. Nie łudzi się, by znalazł posłuch w „czołowych" klubach. Lecz ma nadzieję, że pomniejsze kluby, a również związki o charakterze wychowawczym, będą coraz częściej wolały łożyć koszta na boiska, sprzęt i szkolenie instruktorów, niż na trybuny. Znakomitym zaś środkiem pomocniczym, powołanym do prostowania ścieżek emulacji sportowej, winna się stać p a ń s t w o w a o d z n a k a s p o r t o w a, nagradzająca nie maksymalne, lecz średnie, ale zato wszechstronne i stale podtrzymywane wyniki, dostępna zatem dla najszerszego ogółu.

Wykład kończy się wskazaniami dotyczącemi u z d r o w i s k polskich. Te nie powinny traktować sportu jako środka zwabienia tłumów na widowiska sensacyjne, lecz przedewszystkiem jako czynnik zdrowotno-wychowawczy. Tu lekarze zdrojowi

mają przed sobą ważne i wdzięczne zadanie. — Obszerne dane bibljograficzne ułatwiają pogłębienie zagadnienia.

(Autoreferat).

Jan St. Bystroń. **Zagadnienie reformy szkolnej.** Odbitka z Przeglądu Współczesnego, Nr. 119, marzec 1932. Warszawa 1932. Str. 20.

Czem jest r e f o r m a s z k o l n a? — Oto zasadnicze pytanie, jakie postawił sobie znany socjolog krakowski, prof. Jan St. Bystroń. Odpowiedź na to pytanie daje w omawianym szkicu, poświęconym, jak i poprzedni (Uspołecznienie szkoły)— zagadnieniom współczesnego życia szkolnego. Brzmi ona tak: „...reforma szkolna nie jest, jako całość, zagadnieniem pedagogicznem jedynie... kompetencja pedagogów do kwalifikowania dyskutowania reformy dotyczy jedynie zakresu ściśle pedagogicznych zagadnień, stanowiących tylko część całego tego kompleksu“ (str. 333).

Odpowiedź taka zdziwi może niejednego nauczyciela-fachowca, zamkniętego w ciasnem kole własnych poglądów na cele szkoły i jej zadania, a w związku z tem i reformę szkolną. Niemniej jednak, objektywnie rzecz biorąc, zagadnienie reformy szkolnej to zbyt ważny, wielki i skomplikowany zakres problemów, by decydować o ich rozwiązaniu mogli tylko pedagogowie, patrzący nadto często na szkołę zbyt nieżyciowo, jednostronnie, przez okulary własnego przedmiotu niejednokrotnie, a na ucznia wyłącznie jako na „istotę uczącą się“, a rzadko lub nigdy jako na „istotę żywą“.

To też rozszerzenie podstaw dyskusji o reformie szkolnej poza zakres pedagogji i zakwestjonowanie autorytetu pedagogów w tej materji — to wcale poważny wynik, do jakiego dochodzi w ostatecznych konkluzjach autor.

Reforma, według prof. Bystronia jest zmianą, dokonywaną w pewnym ustalonym układzie. Zmiana ta może być rozmaita: techniczna administracyjna, ideologiczna i t. p., może dotyczyć niektórych tylko szczegółów, ale może też przepracowywać systematycznie całokształt dotychczasowego układu. Układ jednak w ogólnym zarysie pozostaje; nie zastępujemy go czem innem, lecz jedynie przekształcamy. Nie każda jednak zmiana jest reformą. Cechą nieodzowną tej ostatniej jest bowiem „świadomość reformy”.

Zkolei przechodzi autor do uwag, dotyczących „reformy szkolnej“. Komplikujące się i zmienne formy życia społecznego wymagają dostosowania się szkoły do aktualnych potrzeb z jednej strony; z drugiej — podniesienie się poziomu myślenia o tych zagadnieniach i zdobycze naukowe poznania umożliwiają świadome kierowanie wychowaniem i realizowanie pożądanych wyników w drodze odpowiednich reform. Oto źródła dążeń do reformy szkolnej.

Zależnie od postulowanego rezultatu reforma ta będzie taka lub inna, częściowa czy też zupełna, zewnętrzna lub zasadnicza, techniczna, ideologiczna, czy społeczna. Niema bowiem jednej reformy szkolnej!

Reforma p e d a g o g i c z n a zmierza do zmiany przedmiotów nauczania, czy jego metod, jest więc raczej techniczna. Kompetencja w zakresie takiej reformy należy do pedagogów. Reforma a d m i n i s t r a c y j n a zmierza do rekonstrukcji administracji szkolnej: gdy ta źle funkcjonuje; kompetentni do jej przeprowadzenia są fachowi administratorzy. Reforma i d e o l o g i c z n a zmierza do zmiany

ideologji grupy i ideału wychowawczego. Reforma ideologiczna należy do ideologów (filozofów, teologów, myślicieli społecznych). Oni tylko bowiem są zdolni do wypracowania ideału i narzucenia swych konstrukcyj, w tej czy innej formie, decydującym czynnikom. Reforma szkolna, pomyślana wkońcu jako reforma społeczna, należy do kompetencji społeczników (teoretyków i praktyków).

Należy więc, kończy autor, pozbyć się myślenia o „reformie szkolnej" jako całości — należy zrozumieć i zdać sobie sprawę z tego, co w niej dotyczy strony pedagogicznej, administracyjnej, ideologicznej, czy społecznej i poszczególne zagadnienia oddać pod rozwagę pedagogów, administratorów, ideologów, społeczników i t.d., chcąc uniknąć jednostronności i nieporozumień w dyskusji.

Spokojne i rzeczowe wywody krakowskiego socjologa, głęboko ujmującego „mechanizm społecznego stawania się", rzucają na zagadnienie „reformy szkolnej" dużo światła. Na szerokiem tle socjologicznem sprawa ta wygląda ogromnie ciekawie. Szeroki ogół nauczycielstwa polskiego powinien zapoznać się stanowczo z wywodami prof. Bystronia, a wtedy i jego sposób patrzenia na „szkołę" i „ucznia" zasadniczo się zmieni — rozszerzy się horyzont ujmowania zagadnień szkolnych.

Wartoby koniecznie pomyśleć o wydaniu ciekawych i oryginalnych rozpraw prof. Bystronia, związanych z życiem współczesnej szkoły—a tak, niestety, rozprószonych po różnych wydawnictwach — w jakimś jednym tomiku. Oryginalny ten bowiem myśliciel patrzy na sprawy szkolne w sposób bardzo życiowy, głęboki i ciekawy, a jego szkice zawierają niejedną radę i myśl zdrową i trzeźwą; oby tylko jak najszybciej doczekały się one realizacjl w praktyce.

Dr. Jan Kuchta.

Randoin Łucja. **Obecny stan zagadnienia o witaminach.** (Biologja Lekarska. Rok XI. Nr. 1. Styczeń-Luty 1932 r. Str. 1—52).

Autorka w sposób bardzo przystępny zaznajamia czytelnika ze współczesnym stanem badań nad witaminami. Poprzedza go rozdział o historji tego zagadnienia, w którym autorka omawia awitaminozy samorzutne i doświadczalne i ich odtwarzanie oraz wykrycie witamin na drodze stosowania sztucznego karmienia. Następny rozdział poświęcony jest obecnemu stanowi zagadnienia. Autorka mówi w nim najpierw o podziale witamin, dzieląc je na dwie grupy: rozpuszczalne w wodzie i rozpuszczalne w tłuszczach. Następnie omawia krótko biologiczny sposób ilościowego określania witamin, rozdział ich w ważniejszych pokarmach. ich właściwości fizyczne i chemiczne, oraz ich rolę w utrzymaniu życia i normalnej czynności organizmów zwierzęcych.

Krótka ta praca, napisana w sposób jasny i przejrzysty może się znakomicie przysłużyć do spopularyzowania tych ważnych zdobyczy współczesnej biologji w jak najszerszych kołach.

J. M.

Z prasy obcej

Prof. L. Bernard. **Rozpoznanie gruźlicy w wieku szkolnym.** La Médicine Scolaire Nr. 5. 1.V 1932 r.).

W swoim artykule autor porusza zagadnienie, szczególnie żywo obchodzące lekarzy, możliwie wczesnego wy-

krywania gruźlicy u dziatwy szkolnej. Powyższe zagadnienie jest aktualne z punktu widzenia higjeny społecznej i ewolucji poglądów na gruźlicę w ciągu ostatniego 25-lecia.

Prawie do chwili obecnej uważano, że początkowa gruźlica u dzieci spotyka się najczęściej pod postacią powiększonych gruczołów płucnych. Według Grauchet i innych autorów, proces gruźlicy do czasu przejawienia się trwał długo ukryty, najczęściej w gruczołach płucnych i umiejętność wykrycia pierwszych zmian chorobowych decydowała o skutecznem zwalczaniu gruźlicy. W rezultacie opracowano bardzo dokładnie symptopatologję początków gruźlicy płuc, a w szczególności gruczołów płucnych, określono typ dziecka podejrzanego o gruźlicę, wyszczególniono objawy fizykalne i funkcjonalne, na których opierało się rozpoznanie, uzupełnione z biegiem czasu badaniami rentgenowskiemi, stworzono, jednem słowem klasyczny obraz, według którego rozpoznanie wczesnej gruźlicy nie przedstawiało żadnych trudności. Z rozwojem radjologji lekarzom nie pozostało nic innego, jak obliczanie chorych gruczołów, mówi złośliwie prof. Bernard. Kiedy sprawa zdawała się tak wyraźna, jasno wykończona, zaczęły odzywać się coraz liczniejsze głosy, (Comby, Debre, Bernard) że teorja nie zawsze odpowiada praktyce, stwierdzano na antopsji zmiany chorobowe, które nie dawały objawów klinicznych, spostrzeżono, że objawy fizykalne pozostawały niejednokrotnie w sprzeczności ze zmianami radjologicznemi, nawet w dziedzinie radjologji, do której dokładności przywiązywano tyle wagi, popełniano błędy — cienie naczyń przysercowych były traktowane przez dłuższy czas, jako cienie gruczołów chłonnych, a plamy, które brano za zwapnienia były niczem innem, jak skrzyżowaniem dwuch naczyń.— Według nowej koncepcji należy wykreślić ze słownika lekarskiego słowa — „podejrzany o gruźlicę", gdyż albo to jest stan, w którym stwierdzono zakażenie gruźlicze i wtedy należy mówić o gruźlicy, albo jest wątła konstytucja, której nie wolno zaliczać do stanów chorobowych. Twierdzenie, że powiększenie gruczołów śródpiersiowych jest zwykle pochodzenia gruźliczego, należy uznać za błędne, gdyż obserwowano powiększenie gruczołów w następstwie odry, kokluszu, infekcji nosogardzielowej. Za jedyne słuszne kryterjum w dobie obecnej uważa autor, reakcję tuberkulinową — odczyn skóry Pirquet'a i odczyn Mantoux. Prof. Bernard przytacza rezultaty swoich badań w szkołach i dochodzi do wniosku, że żaden z objawów, obserwowanych u dzieci, jak wychudzenie, stany podgorączkowe, stłumienia, szmery nie są wyłącznemi objawami gruźlicy, jedynym stałym i pewnym objawem jest odczyn tuberkolinowy. Naturalnie, pamiętać należy, że reakcja pozytywna Pirquet'a nie świadczy o czynnym procesie, odczyn dodatni stwierdza jedynie tubekulizację organizmu, natomiast dla lekarzy przy różniczkowaniu chorób ma ogromną wartość r e a k c j a n e g a t y w n a, gdyż przy stwierdzeniu objawów chorobowych u osobnika, przy trudnościach w rozpoznaniu, odczyn tuberkulinowy negatywny zaprzecza zmianom gruźliczym w organiźmie. I w tem jest istotna wartość odczynów Pirquet'a i Mantoux.

Na zakończenie autor zastanawia się nad akcją zwalczania gruźlicy w szkołach i przychodzi do wniosku, że widoki powodzenia będą tem większe, im ściślejsza jest współpraca lekarza szkolnego z lekarzem przychodni przeciwgruźliczej i pielęgniarki szkolnej z pielęgniarką społeczną.

Dr. M. Surawska.

Dr. Funck-Hellet. **Zagadnienie szczepień przeciwbłoniczych w szkołach paryskich** (La Médecine Scolaire XXI Nr. 4. IV. 32). W artykule swoim autor rozważa żądanie lekarzy szkolnych wprowadzenia obowiązkowych szczepień dla dzieci wstępujących do szkół i robi następujące słuszne uwagi.

Zdaniem największych powag lekarskich — klinicystów i higjenistów najlepszym okresem dla szczepień przeciwbłoniczych jest drugi rok życia dziecka, gdyż zapadalność na błonicę i śmiertelność dla mniejszych dzieci jest większa. Wobec stwierdzenia faktu że dzieci uodpornione mogą być nosicielami zarazków i udzielać je dzieciom nieszczepionym, że nie wszystkie dzieci szczepione podlegają uodpornieniu, że dzieci Schick — negatywne mogą po pewnym upływie czasu być Schick — pozytywnem, przeto wprowadzenie obowiązkowych szczepień przed wstąpieniem do szkoły nie zabezpieczy przed zakażeniem dzieci w wieku przedszkolnym.

Dr. Funck-Hellet uważa za słuszne wznowienie rozporządzenia z roku 1928, że dzieci zapisujące się do szkół powszechnych muszą być uodpornione przeciw błonicy, żądanie to radzi uzupełnić wzmianką, że szczepień najlepiej dokonywać przed końcem drugiego roku życia.

Dr. M. Surawska.

Dr. Paul Lemener. **Podstawowe zagadnienia opieki higjenicznej w szkole** (Schweizerische Zeitschrift für Higiene Zesz. I. 1932 r.).

Opiekę higjeniczną w szkole wysuwa autor jako jedno z najważniejszych zagadnień bytu narodu.

Higjena szkolna — nauka młoda o ubogiem jeszcze dorobku doświadczalnym rozporządza już pouczającemi cyframi za lat 20, zachęcającemi do dalszej pracy i otwiera cały nowy świat badań.

Cyfry te wskazują na znaczne obniżenie się śmiertelności w chorobach zakaźnych i gruźlicy, zmniejszenia zmian krzywicznych u młodzieży szkolnej z 50% na 10% prawie bez ostrych form. Przeciętna pomiarów wzrostu lat ostatnich jest wyższa o 10 cm od przeciętnej z roku 1887, (Beru Spriess na 4700 wypadkach). Przeciętna wagi przytem nie uległa zmianie, młodzież stała się wyższa i szczuplejsza. Praca fizyczna wpływa hamująco na bujanie wzrostu, przyczynia się zaś do rozszerzenia osobnika. Autor więc zmianę tę u młodzieży rosnącej przypisuje nadmiernemu kształceniu intelektu. Nawołuje do dużych przestawień w programach szkolnych, aby rozwój fizyczny i umysłowy dziecka dążył harmonijnie do wspólnego celu doskonalenia ciała i ducha.

Szwajcarja, ojczyzna Pestalozziego zawdzięcza swoje światowe stanowisko wielkim tradycjom i ideałom wychowawczym szkolnictwa. Musi więc nadal jako pionierka kultury podążyć za nowoczesnemi wymaganiami epoki, wbrew wrodzonemu konserwatyzmowi, epoki — umiejętności szybkiego działania bez straty sił i czasu. Odrzucać powinna przestarzałe i niedogodne formy myślenia i metody.

Szkoła zewnętrznie i wewnętrznie (nauczanie) winna odpowiadać swoim zadaniom, być rzeczową i celową.

Gmach szkolny powinien posiadać wszystkie urządzenia niezbędne do celów zdrowotnych i do nauczania (boisko, ogród, halę gimnastyczną, klasy powietrzne na płaskim dachu dla wątłych, sale robót, gospodarstwa, natryski i t. d.). Żadnego zbędnego luksusu — klasy muszą być źródłem światła i powietrza. Po wejściu do szkoły w korytarzach liczne umywalnie, udostępniające dzieciom częste mycie się.

Ustępy wyłożone kaflami, wzorowo czyste, zaopatrzone w papier higjeniczny, który przestaje być zbytkiem, gdyż nie zatyka rur kanalizacyjnych.

Wszystko cechuje celowość, przestrzeń i prostota, oraz czystość wzorowa, szkoła nie znosi brudu i zaduchu. Młodzież musi być do czystości wdrożona, nie tylko jako czynnika nieodzownego dla zdrowia, ale także dla podniesienia uczuć moralnych, etyki i estetyki. Wpływ ten ze szkoły poprzez dzieci sięgnie i na rodziców i dalej — na społeczeństwo.

Zamiana dawnych sztywnych ławek z pulpitami sztywnego reżimu na ruchome stoliki o ustawianych raz prosto, raz skośnie blatach i na foteliki symbolizuje zamianę na system uwzględniający osobowość ucznia, oraz konieczność ruchu dla dobrego rozwoju fizycznego. Zahamowanie tego ruchu i ujęcie w sztywne karby szkolne dziecka były zawsze przeciwne jego naturze.

Wielcy ludzie wyjść mogą nawet z najgorszych szkół, ale ogół ludzki musi być kształcony i urabiany przez wpływy szkolne.

Świat nauczycielski i lekarski winien w myśl wspólnych ideałów współpracować, aby wychować przyszłych ludzi o harmonijnym rozwoju wzmożonej odporności ciała i ducha.

Odpowiedzialność pedagoga ogromna, wydobycie z ucznia maximum człowieczeństwa i zdolności do życia bardzo trudna. Szkoły kształcące nauczycieli powinne zdawać sobie z tego dokładnie sprawę.

Nadludzkiem jednak byłoby żądaniem, aby nauczyciel w złych warunkach pracy i zdrowotnie i braku pomocy naukowych w przeludnionych do 40—50 uczniów klasach mógł urzeczywistnić swoje zamierzenia.

Musi posiadać nie tylko umiejętność, ale i czas na obserwację i doświadczanie dziecka, aby go nie krzywdząc włoczyć jego indywidualność w pewne wzory i schematy, skierować na wspólne drogi powszechności i zamknąć w pewne szufladki systemu. Na podstawie poznania poszczególnie dziecka powinien mieć umiejętność pozwolić mu tu i ówdzie wyskoczyć z tych dróg i szufladek. Konieczną jest wobec tego dokładnego poznania i ocena możliwości rozwoju ośrodków myślowych tegoż dziecka, jego właściwości psychofizjologicznych, zdolności do odczuć moralnych, sprawności pamięci, wydajności pracy, łatwości i tempa pojmowania.

Wszystko to musi być brane pod uwagę, inaczej popełnić można niezmiernie łatwo niesprawiedliwość wobec pojedyńczego dziecka i nieraz zamknąć mu drogę do dalszego kształcenia się.

Autor wypowiada się za jednolitym systemem szkolnym o klasach A, B i C, dla różnych stopni uzdolnienia, przytem dzieci mają możność uczenia się różnych przedmiotów w różnych klasach zależnie od uzdolnienia.

Kraj opiera swoje istnienie na ludziach zdolnych do pracy poważnej i wydajnej, o umyśle ruchliwym, świeżym, zadowolonym. Zmęczeni ludzie są złymi odbiornikami wrażeń i nie nadają się do żadnej pracy.

Dobra szkoła nie nadużywa sił ucznia, szkoląc je równocześnie do intensywnego napięcia w razie potrzeby.

Ze względu na dobry i harmonijny rozwój cielesny i umysłowy oszczędzać winna i zbędnych wysiłków i dbać o wypoczynki.

Nie wolno przeciążać młodzieży pracą pozaszkolną po 5 — 6 godzinach w szkole, zatruwać sobotnich, niedzielnych i wakacyjnych wypoczynków.

Stworzenie miejsc wytchnienia dla młodzieży niezamożnej jest koniecznością (ochroną przed nadmierną pracą fizyczną w domu). Gry i zabawy obo-

wiązujące w popołudnia, wędrówki szkolne sobotnie i niedzielne byłyby tu wskazane oraz obozy i kolonje wakacyjne. Młodzież wątła winna podlegać także specjalnej opiece.

Głos lekarza jest we wszystkich sprawach dużej wagi. Zasługa lekarzy największa leży w stworzeniu opieki higjenicznej w szkole. Dzięki rodzajowi ich wykształcenia zasięg widzenia i działania jest szerszy niż nauczyciela, a wpływ na podniesienie odporności cielesnej i sił fizycznych przez młodzież szkolną jest doniosły.

Wielu lekarzy nie interesuje się zbytnio zagadnieniami higjeny szkolnej. Przyczyny szukać należy w wydziałach lekarskich, które głównie kształcą w terapji i djagnostyce, z drugiej strony w niezrozumieniu wartości higjeny szkolnej, przez czynniki rządzące, gaszące niejednokrotnie zapał i energję lekarza sprzeciwem i obojętnością.

Rzetelna praca lekarza szkolnego bywa często traktowana jako honorowa, oceniona nie z punktu widzenia oszczędności, wynagradzana należycie, mogłaby się stać źródłem wytchnienia dla lekarzy zmęczonych pośpiechem od łóżka do łóżka chorego, pracą dla zdrowego ogółu, dla rasy i dobra państwa.

Zagadnienie to tak doniosłego znaczenia społecznego, dałoby się rozwiązać przez wprowadzenie jednolitego prawodawstwa sanitarnego dla całego kraju zamiast w każdym kantonie inaczej brzmiącego. 1-ym krokiem na tej drodze jest wprowadzenie prawa ogólnego dla gruźlicy.

Opieka higjeniczno-lekarska winna być wprowadzona także mocą prawną w całym kraju.

Walkę z gruźlicą uważa autor za najskuteczniejszą przez utworzenie opieki nad zagrożoną młodzieżą szkolną w wieku jej najmniejszej odporności.

Autor rozwija dalej obszernie sposoby walki z gruźlicą, chorobami zakaźnemi w myśl ogólnie przyjętych zasad i zdobyczy w tej dziedzinie innych krajów, higjeny zapobiegawczej, z wolem, będącym przyczyną ciągłego niedorozwoju umysłowego, za pomocą masowego leczenia jodem, z próchnicą zębów (90% dzieci szkolnych dotyka to cierpienie, wiek 14 i 15-latków nosi protezy) przez tworzenie klinik szkolnych wędrujących. Wreszcie kończy swój artykuł następująco:

Szwajcarja musi walczyć o egzystencję wśród innych państw przeciwstawiając im moc swoją, opartą na sile i energji ludności. Dobro lub nieszczęście kraju leży na linji poziomu duchowego i cielesnego kraju. Gdzie poziom się podnosi—tam postęp, gdzie spada—cofanie się, obojętność, degeneracja.

Dr. Korsak.

Kapitan Branlat. **Wzorowy program Święta Sportowego,** (Le Gymnaste Nr. 3. r. 1932).

Głównym celem święta sportowego jest popularyzacja wychowania fizycznego i sportu wśród szerokich mas społeczeństwa. Środkami, które nas do tego poprowadzą będą: wzbudzanie podziwu publiczności przez pokazy masowe i jej zainteresowanie przez oryginalne ujęcie programu, oraz częste zmiany i krótkie trwanie poszczególnych pokazów. Całość nie powinna trwać dłużej niż 3½ do 4 godzin.

Program obejmuje dwie części. I. wychowanie fizyczne, II. praktyczne zastosowanie wychowania fizycznego, — sporty.

Część pierwsza.

½ godziny: pokazy gimnastyczne męskie w 5 grupach po 20 osób.

Podział na grupy według wieku I 6—9 lat, II 9—11, III 11—14, IV 14—16, V 16—18.

½ godziny: pokazy gimnastyczne żeńskie, tańce rytmiczne, gimnastyka przyrządowa, lekka atletyka (zaprawa, biegi, skoki, rzuty).

¼ godziny: gry sportowe: piłka koszykowa i piłka siatkowa po dwie drużyny chłopców i dziewcząt.

¼ godziny: gimnastyka dla wojska 2 grupy po 100 osób.

10 minut przerwy.

Część druga.

20 minut: Skauting: zakładanie obozu, patrolowanie, sygnalizacja, ratownictwo, zbiórka, śpiew.

25 minut: lekka atletyka: biegi krótkie, biegi długie, płotki, sztafety, skok wzwyż, skok wdal, rzuty (oszczep, dysk). Przez pierwsze 10 minut pokaz zaprawy do poszczególnych konkurencyj; następnie przez 15 minut zawody.

15 minut: hokej: objaśnienie, taktyka gry, pokaz gry.

25 minut: gimnastyka przyrządowa: piramidy.

10 minut: pokazy kolarskie.

25 minut: piłka nożna.
- 10 minut: pokaz ćwiczeń przygotowawczych.
- 5 minut: opanowanie piłki.
- 15 minut: gra.

25 minut: rugby:
- 10 minut: pokaz ćwiczeń przygotowawczych.
- 5 minut: objaśnianie roli poszczególnych graczy.
- 15 minut: gra.

Wykonanie takiego programu wymaga bezwzględnej dyscypliny oraz podporządkowania się poszczególnych wykonawców programu głównemu szefowi, aby otrzymać całość imponującą.

R.

Iuliu Moldovanu. **Wychowanie fizyczne w Portugalji (Educatia Fizica in Portugalia).** (Educatia Fizica Nr. 3, z marca b. r.).

Gimnastyka i wychowanie fizyczne w Portugalji od roku 1905 weszło na nowe tory z chwilą ich wprowadzenia jako przedmiotu obowiązkowego w szkołach. Zarazem w tym roku zorganizowano metodykę wychowania fizycznego, jako też higjenę szkolną. W związku z powyższą reorganizacją na podstawie rozporządzenia Ministerstwa Oświecenia Publ. powstaje urząd naczelnego inspektora higjeny szkolnej i wychowania fizycznego. Na podstawie inspekcyj dokonanych w roku 1908, stwierdzono, że jedynie szkoły wojskowe tak lądowe jak i marynarki wojenne posiadały kompletnie urządzone sale gimnastyczne, natomiast tylko nieliczne szkoły cywilne tak rządowe jak i prywatne posiadały kompletnie urządzone sale gimnastyczne. W większości wypadków spotykano się ze zupełnem zrozumieniem celów wychowania fizycznego — niektóre szkoły nie mając sal ćwiczebnych prowadziły gimnastykę na dworze. Prawie wszystkie szkoły posiadały instruktorów ćwiczeń cielesnych, a niektóre z nich posiadały aż 2—3 nauczycieli. Prawie we wszystkich szkołach byli uczniowie na początku roku szkolnego poddawani badaniom biometrycznym oraz kontrolowani w dziedzinie tych badań w ciągu roku szkolnego. Również w tym roku (1908) zostało wydane rozporządze Ministra Oświaty, króre uczyniło wychowanie fizyczne w szkołach lekcją obowiązkową i od której tylko lekarz, względnie ważne powody mogły ucznia zwolnić. W wypadku notorycznego nieusprawiedliwionego nieuczęszczania na ćwiczenia fizyczne, uczeń w konsekwencji mógł być usunięty z zakładu naukowego. Specjalną opieką otoczono szkoły powszechne zwłaszcza po-

czątkowe, gdzie słusznie zupełnie dążono do jaknajczęstszego wyprowadzania młodzieży z dusznych sal szkolnych na świeże powietrze. Uważano, że gimnastyka niezależnie od swego celu fizjologicznego spełnia ważne zadanie społeczne mianowicie: uczy od wczesnej młodości podporządkowania się i zdyscyplinowania.

Do roku 1930 w Portugalji nie było specjalnych uczelni wychowania fizycznego. Dopiero w r. 1930 na zjeździe wychowawców fizycznych powstaje projekt utworzenia uczelni wychowania fizycznego. W związku z tem powstaje wydział wychowania fizycznego przy uniwersytecie w Lizbonie, popierany materjalnie przez towarzystwo miłośników kraju. Na naradzie rządowej sfery republikańskie wniosły projekt, który rząd po nowelizacji przyjął i zatwierdził. Mianowicie powstaje wyższy instytut wychowania fizycznego w Lizbonie z 4-ro letnim kursem. Kandydaci do szkoły muszą mieć ukończony średni zakład naukowy, niezależnie od wysokich walorów fizycznych i moralnych. Studja przedstawiają się w następujący sposób.

Rok I. Zasadniczym celem I roku studjów jest wyrobienie osobiste słuchaczów.

a) przedmioty ogólno-kształcące — historja wychowania fizycznego.
b) psychologja ogólna w szczególności dostosowana do wychowania fizycznego,
c) anatomja i fizjologja,
d) higjena ogólna i społeczna,
e) ćwiczenia gimnastyczne (metoda szwedzka),
f) gry sportowe i sporty.

Rok II.

a) metodyka wychowawczo-ogólna i metodyka gimnastyki,
b) pedagogika,
c) higjena szkolna oraz higjena ćwiczeń fizycznych,
d) wiadomości ogólne o technice i analizie ćwiczeń ruchowych,
e) praktyka osobista w nauczaniu gimnastyki,
f) praktyka osobista w prowadzeniu i nauczaniu gier i sportów.

Rok III.

a) przedmioty ogólno-kształcące historja i teorja wychowania fiz.,
b) anatomja w zastosowaniu do ćwiczeń cielesnych,
c) fizjologja w zastosowaniu do ćwiczeń cielesnych,
d) biometrja, antropologja,
e) praktyka osobista w nauczaniu i prowadzeniu gimnastyki,
f) praktyka osobista w nauczaniu i prowadzeniu gier i sportów.

Rok IV.

a) historja i teorja wychowania fizycznego, zastosowanie ćwiczeń,
b) nauka masażu,
c) metodyka specjalnego wychowania fizycznego,
d) nauka W. F. dla psychicznie i fizycznie upośledzonych,
e) praktyka osobista w nauczaniu gimnastyki, gier sportowych i sportu,
f) egzamin nauczycielski.

Wprawdzie w roku 1920 został wydany regulamin wychowania fizycznego przez Ministerstwa Wojsk, Marynarki i oświecenia publicznego, ale był on niezupełny, mianowicie obejmował zakres nauczania fizycznie zaawansowanych, natomiast nie wspomina nic o zasadzie nauczanie niezaawansowanych. Mimo wszystko stwierdzono, że jest to jeden z najlepszych regulaminów tego działu nauki w Europie.

Dopiero w roku 1930, został regulamin ten rozszerzony i obejmuje nauczanie, oraz daje kierunki prac fizyczno-wychowawczych dla wszystkich warstw społecznych i właśnie według

tego regulaminu, który jako bazę ćwiczebną przyjął metodę szwedzką, jest prowadzone w. f. w Portugalji.

Autorzy regulaminu wychodzą z założenia, że już najmłodszych obywateli należy stopniowo wdrażać do dyscypliny i poczucia społecznego,—a drogą do tego jest właśnie racjonalnie prowadzone w. f., które stopniowo drogą przyjemnych rozrywek oraz stopiowania wysiłków fizycznych, skłania młodzież do poświęceń osobistych na rzecz grupy, a tem samem przygotowuje grunt do poświęceń społecznych. Wprawdzie młodzież uzyskuje już w szkołach podstawową dyscyplinę moralną i intelektualną, ale dopiero w połączeniu z pracą fizyczną mogą się okazać żądane rezultaty.

Por. Baranowski.

Arnold A.: **O wzajemnych korelacjach poszczególnych wymiarów ciała.**

Über die Korrelation verschiedener Körpermadze zueinander. (Zeitschr. für Konstitutionslehr. Tom. 16. zesz. 4. s. 387 — 408. — 1932).

Słuszne jest założenie autora, że rozwiązanie zagadnienia budowy ciała a więc i t. zw. typów konstytucyjnych leży w ścisłem ujęciu korelacji poszczególnych jego wymiarów. Autor ułożył bardzo wielką ilość tablic korelacyjnych obejmują one (14 stron), dla których obliczył również teoretyczne liczebności, przy założeniu braku związku między badanemi cechami (kryterjum niezależności). Materjał ten posiada istotnie pierwszorzędną wartość. Niestety jednak autor dał jedynie opis tych tablic korelacyjnych, niedając zupełnie ich analizy.

J. M.

Arnold A.: **Dalszy przyczynek do badań nad oddziaływaniem ćwiczeń cielesnych na rozwijający się organizm.**

Ein weiteser Beitrag zur Einwirkung der Leibesübungen auf den wachsenden Körper. (Zeitschr. für Konstitutionslehr. Tom 16. zesz. 4. s. 409 — 420. — 1932).

Autor daje ciekawe zestawienia badań antropometrycznych kandydatów na nauczycieli wychowania fizycznego, obejmujące lata 1926 do 1930, stwierdzając bardzo wyraźny dodatni wpływ wychowania fizycznego na rozwój ogólnej budowy ciała. Charakteryzuje się on przedewszystkiem zmniejszeniem podściółki tłuszczowej, a zwiększeniem szerokościowych wymiarów ciała. Wyraźnem zmniejszeniom ulega również wskaźnik zmienności poszczególnych wymiarów badanej grupy.

J. M.

Dr. Erwin Muller: **O zmienności formuły określającej konstytucję.**

Uber die Variabilitat der menschlichen Wuchsform). (Zeitschrift für Konstitutionslehre — tom 16). Artykuł powyższy omawia sprawę ujęcia konstytucji określonym wzorem. Autor za-

Np.

Wzrost	Typ Leptosomiczny		Typ Mesosomiczny	Typ Pikniczny	
	Obwód klatki piersiowej				
	b. mały	mały	normalny	duży	b. duży
165 cm.	7 i. 5—74.2	74.2—80.9	80.9 — 86.4	86.6 — 92.7	92.7—

znacza wielką subjektywność jaka istnieje w określaniu budowy ciała i streszcza pracę H. Rautmann'a, który za punkt wyjścia w określeniu konstytucji wziął zależność między wzrostem i obwodem klatki piersiowej.

Badanymi byli niemieccy studenci w wieku od 19 do 22 lat. Co do definicji konstytucji opiera się Rautmann na spostrzeżeniach studentów medycyny we Fryburgu.

W ten sposób została ułożona tablica, w której każdemu wzrostowi odpowiada 5 obwodów klatki piersiowej, definjujących dany typ konstytucyjny.

Sklasyfikowawszy w ten sposób badany materjał określa Rautmann korelację między kształtem tułowiu, (Obwodem klatki piersiowej) a innemi częściami ciała.

Zależnością tą zajmowali się już Livi, Weidenreich i Kretschmer.

Ten ostatni zauważył np. charakterystyczną wąskość nosa i pociągłość twarzy dla typów leptosomicznych.

Z części ciała bierze pod uwagę Rautmann — obwód, długość i szerokość głowy, szerokość jarzmową twarzy, szerokość i kształt nosa oraz obwód wyciągniętego i skurczonego ramienia.

Średnie arytmetyczne dla każdego z tych pomiarów podaję na poniższej tablicy:

	Typ Leptosomiczny	Typ Mesosomiczny	Typ Piknos
Obwód głowy	55.46	56,29	56.83
Szerokość głowy	15.57	15.76	15.85
Długość głowy	18.97	19.12	19.36
Szerokość jarzmowa twarzy	13.70	13.88	14.16
Szerokość nosa	3.32	3.39	3.47
Obwód ramienia wyciągniętego	24.56	26.25	28.05
Obwód ramienia skurczonego	27.45	29.36	31.31

W każdej wielkości widzimy różnicę, która szczególnie jest wyraźna w obwodzie ramienia. Szkoda, że nie zostały przeprowadzone jednocześnie rasowe określenia badanego elementu, możnaby bowiem wówczas wyraźniej różnice w kształcie czaszki zdefinjować.

Pozatem oblicza Rautmann dla każdej z badanych cech średnie odchylenie i wskaźnik zmienności. Wyraźnych różnic w tych wielkościach nie widać, jedynie może dla typów pyknosomicznych wskaźnik zmienności osiąga wyższe wartości.

Praca powyższa wykazuje wyraźnie, że obwód klatki piersiowej jest dobrym miernikiem budowy ciała i dlatego praca dr. Mullera ma dużą wartość. *T. Ż.*

Doc. Dr. Herbert Herrheimer: **Sport w okresie rozwojowym.**

Sport in den Wachstumsjahren. (Kinderärztiche Praxis, 2 Roczn. Zesz. 10).

Okres wieku dojrzewania ma niezwykle doniosłe znaczenie w rozwoju człowieka. W szybkiem tempie odbywa się wtedy rozrastanie i kształtowanie się zarówno cech fizycznych, jak i psychicznych. Zrozumiałem jest, że w tym okresie życia pewne zadziałanie na ustrój wywrze odmienny wpływ niż w latach dziecięctwa, czy też zupełnej dojrzałości.

W odniesieniu do sportu należy stosować wtedy tylko te rodzaje ćwiczeń i uprawiać takie treningi, które nie zakłócą samej sprawy dojrzewania. Na szczęście tych szkodliwych wpływów sportu jest coraz mniej, mniej nawet, niż się zwykle przyjmuje. Łączy się bowiem często pewne zaburzenia ustrojowe z zajęciami sportowemi nawet wtedy, gdy nie stoją one z niemi w żadnym związku przyczynowym.

Do takich zmian należą np. bicia serca, kłucia, ewent. ściskania. Da-

nych przedmiotowych zwykle brak. Próby czynnościowe serca wypadają zadawalająco.

Szmery skurczowe przypadkowe, spotykane w każdym okresie życia, w czasie dojrzewania są niezwykle częste i nie stanowią przeciwskazań do uprawiania ćwiczeń cielesnych.

Białkomocz z grupy t. zw. albuminuryj cyklicznych także niema poważniejszego znaczenia i choć każda praca fizyczna spowodować może jego zwiększenie się, daje się jednak łatwo opanować zwykłemi metodami leczniczemi.

Najodpowiedniejszemi dla młodzieży w tym wieku są gry i zabawy ruchowe. Dają one podwójną korzyć: 1) wywierają wpływ na całe ciało, a nie na pojedyncze np. grupy mięśniowe, jakto bywa przy uprawianiu innych rodzajów sportu; 2) trudniej dochodzi wtedy do przemęczenia młodzieży.

Celem unikania przemęczeń: należy zwracać także baczną uwagę, aby we wszelkich grach brała. udział młodzież równa wiekiem. Gry ruchowe mogą wywierać korzystny wpływ również i na chwiejność psychiczną, występującą zazwyczaj w okresie dojrzewania. Uczą one samodzielności i szybkiej orjentacji.

Zależnie od wieku i płci należy polecać młodzieży różne rodzaje zajęć sportowych. Dla chłopców w wieku 12 — 14 lat nadają się najlepiej lekkie gry ruchowe i zabawy boiskowe w czasie lata (np. palant) oraz zaprawianie się do biegów krótkodystansowych. Dla młodzieży od 14 — 15 lat — gry sportowe oraz jako uzupełnienie — lekka atletyka, przyczem w zawodach odległości biegów nie powinny przekraczać 200 mtr. Młodzież od 17—18 roku życia może uprawiać wiosłowanie turystyczne, uczestniczyć w zawodach, w skład których wchodzą typowe ćwiczenia wytrwałościowe, jak np. biegi długodystansowe, które najlepiej rozpoczynać dopiero około 20-go roku życia.

Nastawienie psychiczne dziewcząt jest inne: nie odpowiadają im naogół zawody; mogą brać udział w grach ruchowych, uprawiać lekką atletykę a pozatem najbardziej godne polecenia są dla nich tańce i pląsy.

Dr. Wójcik.

Erik Hohwü Christensen. **Beiträge zur Physiologie schwerer körperlicher Arbeit.**

(Arbeitphysiologie — T. 4. Zesz. 6. 1931).

Pülsfrequenz während und unmittelbar nach schwerer körperlicher Arbeit".

Jest to zeszyt, stanowiący część większej pracy, która przed pewnym czasem została wykonana w laboratorjum gimnastyczno - teoretycznem uniwersytetu kopenhaskiego i przysporzyła autorowi stopień doktora filozofji.

Osobiste swe badania autor przeprowadzał na ergometrze kołowym Krogha i przeważnie metodami stworzonemi przez Krogha i Lindharda w ich dawniejszych eksperymentach, które posiadały podstawowe znaczenie dla nowoczesnej fizjologji pracy. Badanych było czterech mężczyzn i trzy kobiety w wieku od 20 do 27 lat. Z pośród mężczyzn przed rozpoczęciem badań trzech było w dobrej formie, lecz bez specjalnego treningu, czwarty natomiast był źle wyćwiczony i zupełnie nieprzyzwyczajony do jazdy na rowerze. Wszystkie niewiasty były bez treningu, jednakże codzień jeździły na rowerze zarówno do pracy, jak i wracały z niej. Celem tych eksperymentów było zbadanie wpływu ciężkiej pracy mięśniowej na rozmaite funkcje ustroju oraz skontrolowanie oddziaływania pracy przy różnych stop-

niach zaprawy. W tej pracy autor omawia wpływ ciężkiej pracy fizycznej na tętno w czasie jej trwania i bezpośrednio po niej. Badania były przeprowadzane z reguły rano i naczczo. Czas trwania pracy wynosił naogół ½ godziny dla każdej osoby. Przy niektórych tylko badaniach praca trwała dłużej, a przy bardzo natężającej—nieco krócej, gdyż badane osobniki nie były w stanie wytrwać dłużej. Intensywność pracy wahała się od 480 do 1690 kgm/min., chłonienie tlenu wahało się odpowiednio od 1400 do 4500 1/min. W czasie wszystkich badań tempo pracy było jednakowe, 64,5 obrotu pedałami na minutę. Czyli intensywność pracy uzależniona była wyłącznie od obciążenia. W czasie pracy puls liczony był na tętnicy szyjnej co ½ minuty dwa razy po 10 sek.; na początku pracy oraz przy przejściu od pracy do spoczynku, w czasie zaś samej pracy nieco rzadziej.

Przy wszystkich eksperymentach tętno się wzmagało odrazu na początku pracy. Zmiana tętna przy kontynuowaniu pracy zależna była poza tem od tego, czy miało się do czynienia z osobnikami wytrenowanemi, czy też nie. U pierwszych tętno się wzmagało do pewnej wielkości, uzależnionej od intensywności pracy, a potem trzymało się mniej więcej na jednakowym poziomie w ciągu całego pozostałego okresu pracy. Przy pracy łatwiejszej poziom taki osiąga się już po upływie 2—3 minut, podczas gdy przy większej pracy dopiero po 8—10 minutach, albo i później. U niewytrenowanych natomiast puls wzmagał się w ciągu trwania pracy, trwającej nawet ponad ½ godziny. Przy porównaniach, przeprowadzonych przez autora okazało się, że trening posiada nader ważne znaczenie dla zmiany częstości tętna. I tak przy pracy, wynoszącej 1440 kgm/min. tętno wytrenowanych wynosiło około 160, podczas gdy niewytrenowani osiągali je już przy pracy 720 kgm/min. Poza tem w wysokości tętna i w sposobie jego zmiany posiadamy obraz, umożliwiający nam rozpoznanie odpowiedniości, czy też niedopowiedniości pewnej pracy dla danego osobnika. Jeśli tętno zmienia się nierównomiernie, lub wzmaga się do 200 na min., możemy śmiało twierdzić, że praca prześciga siły badanego. Po przerwaniu pracy krzywa częstości tętna opada dość stromo. Po niewielkiej pracy dochodzi do wartości spoczynkowej w ciągu kilku minut, zaś po ciężkiej osiągnięcie wartości spoczynkowych może trwać dłużej. Tętno mierzone w spokoju u ludzi nietrenowanych wykazuje większe wartości, niż u wytrenowanych. Długotrwały trening jest w stanie obniżyć frekwencję pulsu zarówno w stanie spoczynku jak i przy pracy.

Dzieło dra Christensena posiada tem większe znaczenie, że udało mu się przeprowadzić badania w czasie trwania samej pracy, podczas gdy niemal wszyscy poprzedni badacze ograniczali się do zbadania funkcyj ustroju przed i po pracy i na podstawie tego robili obliczenia stosunków panujących w czasie pracy, co — rzecz naturalna — nie mogło być obliczone tak dokładnie, jak właśnie uczyniono tu. Jest to zatem nowy sukces prof. Lindharda, pod którego kierunkiem i wydatnej pomocy praca ta została wykonana.

Lektor.

Gesundheit und Erziehung Nr. 2/32. Numer lutowy poświęcony jest w całości „Nauce o zdrowiu w szkole". Czterej autorzy omawiają zagadnienia związane z tym problemem. Artykuł wstępny Adolfa Teuschera nosi tytuł „Wychowanie zdrowotne jako część wychowania ogólnego".

Autor stwierdza z radością, że zainteresowanie sprawami higjenicznemi wzrasta poza gronem fachowców. Przyczyną tego jest fakt, że higjena z teoretycznej nauki o zachowaniu zdrowia przeszła do czynnej propagandy, mającej na celu wzmożenie stanu zdrowia (Gesunheitsförderung). Hasłem jej „obserwuj jakim jesteś i co robisz dla twego zdrowia".

Powojenne warunki życia, rozbicie rodziny, stworzyły dla szkoły nowe zadania do spełnienia. Zagadnienia mieszkaniowe, odżywiania, ubrania, rozrywki stają się integralną częścią całokształtu wychowania szkolnego. Dożywianie dzieci w szkole, kąpieliska szkolne, natryski, place do gier i zabaw, higjenistka szkolna, wreszcie lekarz szkolny są istotnie składowymi częściami szkoły a nie jej dodatkiem, i dają możność wychowania zdrowotnego w szkole.

Autor stwierdza że badania lat ostatnich zmieniły nasze zapatrywania biologiczne podstawy wychowania zdrowotnego. Mianowicie Mathias stwierdził, że krzywa wzrostu dziecka wychowanego w mieście i w szkole, jest spaczoną właśnie przez wychowanie obecne w szkole, a mianowicie: przez wykluczenie pobudek ruchu, przez zachamowanie przemiany materji, przez obciążenie centralnych organów nerwowych i szkodliwości wynikające z długiego siedzenia, te ostatnie uważa autor za najważniejsze.

Z tych przesłanek wysnuwa autor następujące wnioski.

1. Metoda pracy i formy życia w szkole, muszą być przystosowane do biologicznych potrzeb dziecka w myśl tej zasady naturalny rozwój dziecka nie powinien napotykać na żadne przeszkody. Autor daje kilka przykładów pracy w szkole uwzględniającej higjeniczne postulaty. Współczesna szkoła niepowinna zamykać dziecka w klasie. Należy zwalczać złe skutki długiego siedzenia przez sporty, przebywanie na świeżem powietrzu i kilkudniowe zdrowotne wycieczki piesze (Wanderung) odbywane przez nauczyciela z całą klasą. Wycieczki te wpływają dodatnio zarówno na zdrowie jak i na psychikę dziecka. Worringen zbadał 13 klas przed i po ośmiodniowej wędrówce szkolnej i stwierdził, że ten typ wycieczek przez całe miesiące wywiera dodatni wpływ zarówno na wzrost jak i na przyrost na wadze. Obwód klatki piersiowej zwiększył się o 2—3 cm. Dzieci przed i w czasie okresu dojrzewania, potrzebują silniejszych bodźców pobudzających do rozwoju, które dać może wędrówka oczywiście umiejętnie i racjonalnie prowadzona. Doświadczenie uczy, że odciążenie centralnego systemu nerwowego (wakacje) lepsze odżywianie, kolonje nie wystarcza. W Niemczech 10 dni szkolnych przeznaczono na wędrówki piesze.

2. Budowa klasy musi odpowiadać nowym formom życia w szkole.

Autor wypowiada się przeciwko „koszarom szkolnym" olbrzymim gmachom z dużem skupieniem dzieci, które prowadzi do zmechanizowania życia szkolnego, przeciwstawia im szkołę której plan był na Międzynarodowej Wystawie Higjenicznej. Szkoła ta rozporządza wolną przestrzenią, którą przeznacza na ogródki szkolne, place do zabaw i gier, miejscem na leżakowanie. Klasy na świeżem powietrzu urządzone są albo na tarasach albo w ogrodzie otoczone żywopłotem. Szkoła powinna mieć płaski dach i wykorzystać go dla lekcji gimnastyki i odpoczynku. W klasach stoliki i krzesła swobodnie przesuwane. Szkoła przyszłości powinna być budowana nie na wysokość lecz na szerokość.

3. **Przez naukę w szkole dziecko powinno poznać biologiczne podstawy własnego życia.**

Nie chodzi tu o „wykucie" zasad hygjeny, lecz należy dążyć aby dziecko wyniosło ze szkoły zasadę: „Chcę być zdrowym, zdrowie jest moim obowiązkiem".

Dr. Stefanja Krygierowa.

Fizkultura i sport. — (Organ ogólno-związkowy Rady Kultury Fizycznej w Rosji Sowieckiej. Styczeń, — kwiecień Nr. 1 — 11).

W roku ubiegłym zapoczątkowana została w Rosji Sowieckiej reforma wychowania fizycznego mas polegająca na połączeniu zadań wychowania fizycznego z celami natury państwowo-społecznej i politycznej. Widomym znakiem tej reformy stała się wprowadzona w życie a obecnie usilnie, z rozmachem iście bolszewickim, propagowana państwowa odznaka sportowa G.T.O. (Gotow k trudu i oboronie). Stanowi ona hasło przeznaczone dla najszerszych mas Rosji sowieckiej zmierzające do ujawnienia gotowości do pracy i obrony już nietylko Republiki rad, ale również wszechświatowego komunizmu. Myślą przewodnią statutu odznaki jest pobudzenie mas nietylko do uprawiania ćwiczeń cielesnych ale również do pracy nad podniesieniem wydajności produkcji oraz zainteresowanie celami społecznemi politycznemi, zarówno jak i przysposobieniem wojskowem całej ludności Rosji sowieckiej. Jeżeli dotychczasowa praca wszechzwiązkowej Rady Kultury Fizycznej w Rosji sowieckiej polegała na rzuceniu w masy hasła G. T. O., to najbliższym etapem dalszej pracy tego organu, jak twierdzi oficjalnie artykuł Grigorjewa umieszczony w nr. 5 „Fizkultury" będzie „wtłoczenie nowego systemu kultury fizycznej sferom kierowniczym wychowania fizycznego w sensie opanowania najlepszej metody umiejętnego łączenia strony fachowej z zadaniami społeczno-gospodarczemi i politycznemi„.

„Fizkultura i Sport„ jako organ poświęcony ideologji nowej metody wychowania fizycznego mas w Rosji sowieckiej daje jaskrawy obraz obecnie panujących tam tendencji i metod w dziedzinie wychowania fizycznego. Z licznych artykułów, sprawozdań i przemówień wybitnych działaczy wynika, że dla wcielenia haseł G. T. O. stworzony został olbrzymi aparat agitacyjny, kierowniczy, kontrolny i instrukcyjny. Ma on na celu wytworzyć olbrzymi zespół pracowników na polu kultury fizycznej mas i zgóry ustalonemi etapami doprowadzić całą ludność do wykazania się posiadaniem odznaki G. T. O., jak również podnieść nietylko ilościowe ale i jakościowe wyniki pracy w tym zakresie. Jako etap na najbliższą spartakjadę w nr. 4 „Fizkultury" wystawiono następujące hasła:

1) działacz na polu kultury fizycznej musi być najlepszym przebojowcem w dziedzinie pracy wytwórczej, 2) należy wciągnąć 10 miljonów obywateli do pracy zorganizowanej na polu kultury fizycznej ujętej w sensie panujących tendencji, 3) należy uzyskać 2 miljony kierowników i działaczy uświadomionych dla szerzenia zmodernizowanej kultury fizycznej mas, 4) hasło G. T. O. opanować musi całą uczącą się młodzież.

Jak widzimy, zadania czysto sportowe zostały w Rosji sowieckiej zepchnięte na plan dalszy, pierwsze zaś miejsce w pracy wychowawczo-fizycznej zajmują względy natury społeczno-państwowej i politycznej, zmierzające do uspołecznienia mas, świadomego ich ustosunkowania do potrzeb państwowych i podporządkowania ce-

lów osobistych interesom grupowym. Istotę ideologji kultury fizycznej mas w Rosji sowieckiej ilustrują dobitnie następujące przykłady: artykuł wstępny do nr. 9. „Fizkultury i Sportu" nawołuje działaczy na polu wychowania fizycznego do zajęcia się sprawą podniesienia kultury rolnej kraju i ułatwienia dostawy zbóż do magazynów państwowych. W tym celu do pracy na polu wychowania fizycznego muszą być wciągnięci kierowcy traktorów i pracownicy w służbie komunikacji. Dla osiągnięcia celu winny być tworzone specjalne sztafety agitacyjne. W Kurskiej guberni organizacja kultury fizycznej postawiła sobie za zadanie naprawianie jednego traktora przez członków organizacji w godzinach wolnych od pracy (nr. 10 — 11). W tymże numerze „Fizkultury" na ilustracji widzimy zespół sportowy kobiet zajęty oczyszczaniem i uporządkowywaniem terenów sportowych, co w myśl załączonego napisu jest w duchu G. T. O. Na święcie kultury fizycznej, które odbyło się w lutym b. r., a obejmowało zawody łyżwiarskie, narciarskie i hokejowe, przyczem wszystkich uczestników zawodów obowiązywała umiejętność władania bronią palną. W numerze 10 — 11 „Fizkultury i Sportu" w artykule wstępnym nieznanego autora znajdujemy wezwanie do utrzymania czystej linji ideologicznej w dziedzinie literatury fachowej i potępienie dotychczasowych kierunków w tej dziedzinie. Literaturę obecną w zakresie wychowania fizycznego nazywa autor artykułu „apolityczną", przepełnioną „technicyzmem i biologizmem, stanowiącemi przejawy zgniłego liberalizmu"; z poszczególnych dzieł naukowych wytyka jednemu z autorów rosyjskich w dziedzinie wychowania fizycznego to, że kulturę fizyczną identyfikuje ćwiczeniami cielesnemi, krytykuje ostro przekład rosyjski Thulina za to, że „zmusza dziatwę szkolną do naśladowania wzrostu kwiatka, lotu ptaka i pracy dzwonu kościelnego" (to ostatnie z wykrzyknikiem), innemu autorowi rosyjskiemu propagującemu ucieczkę z miast na łono przyrody zarzuca autor burżuazyjne metody skautingu i t. d.

Jak wynika ze sprawozdań i artykułów agitacyjnych w pierwszem kwartale b. r. położony został w Rosji Sowieckiej nacisk na rozpowszechnienie łyżwiarstwa, narciarstwa i hokeja na lodzie. W sportach tych szczególnie uwzględniono umiejętność opanowania broni palnej, a w zawodach na plan pierwszy wysunięto biegi sztafetowe i współzawodnictwo poszczególnych rejonów wysyłających zawodników na święta sportowe.

Niezależnie od tendencyj narzucanych kulturze fizycznej mas i wprowadzenia do niej czynnika natury polityczno-ekonomicznej z podawanych tu i ówdzie cyfr należy wnioskować, że zainteresowanie szerokich mas Rosji sowieckiej sportem i ćwiczeniami cielesnemi rośnie w nadzwyczaj szybkiem tempie. Przyczynia się do tego szeroko rozwinięta propaganda, w której celuje Rosja sowiecka, wykorzystująca każdą nadarzającą się do tego sposobność, pozatem daleko idący nacisk i pomoc ze strony państwa jak również znane ogólnie mistyczne nastawienie narodu rosyjskiego, który utraciwszy zrozumiałe dla kultury zachodnio-europejskiej hasła ideologiczne, znalazł swego boga w dążeniu do rekordu na polu wysiłku na rzecz postulatów materjalistycznych w rozumieniu interesów wytwórczości oraz siły zaczepnej i obronnej Republiki Rad.

Z.

Z towarzystw, instytucyj i zjazdów.

Posiedzenie lekarzy szkolnych w Wydziale Wych. Fiz. i Higjeny Szkolnej Min. W. R. i Ośw. Publ. w dniu 17 marca 1932 r.

Przewodniczący: Dr. St. Kopczyński.

Sekretarz: Dr. K. Sokal. Osób obecnych 64.

Przewodniczący odczytuje program kursu higjeny szkolnej, który się odbędzie od 4 do 16 kwietnia b. r. Zgłosiło się na kurs 53 lekarzy z prowincji. Lekarze miejscowi mogą także korzystać z wykładów.

Przewodniczący uznaje potrzebę zreferowania przed pełnem gronem kolegów sprawy stosunku lekarzy do Związku Ubezpieczeń Pracowników Umysłowych. Dr. Raschpichler ofiarował się przygotować referat na ten temat.

Dr. Misiewiczówna zdaje sprawozdanie z dotychczasowych badań maturzystów, przeprowadzonych w poradni przeciwgruźlicznej przy II klinice wewnętrznej Uniwersytetu Warszawskiego. Zbadano dotychczas 368 uczniów i uczennic. Po świętach będą się odbywać dalsze badania. Niektóre szkoły zawiodły. Przeważnie przychodziło 80% zapowiedzianej młodzieży. Rodzicom informacji się nie udziela, chyba za zgodą lekarza danej szkoły. Informacji lekarzom udziela się na miejscu. Opadanie krwinek będzie badane tylko u uczniów, u których jest podstawa do badania. Sprawozdanie ogólne nastąpi dopiero po zbadaniu większej liczby młodzieży.

Dr. Karol Mitkiewicz wygłosił referat p. t. „Nauka o zdrowiu w nowych programach szkolnych".

Jako jeden z członków podkomisji higjeny przy komisji do nauczania przyrody referent streszcza prace jej w następujących tezach:

W pierwszych czterech oddziałach szkoły powszechnej największy nacisk położyć należy, na wdrażanie dzieci do przyzwyczajeń higjenicznych. Wiadomości teoretyczne z dziedziny higjeny należy w szczupłym zakresie podawać wraz z innemi przedmiotami, należącemi do programu tego okresu.

W piątym i szóstym oddziale szkoły powszechnej w związku z nauczaniem przyrodoznawstwa przy każdej sposobności wyprowadzać wnioski praktyczne, dotyczące zdrowia dziecka. Oprócz tego przy nauczaniu jakiegokolwiek bądź przedmiotu nawiązywać treść do tematów higjenicznych.

W oddziale siódmym szkoły powszechnej uczeń winien przejść systematyczny kurs higjeny, oparty o naukę o człowieku. Uczyć będzie nauczyciel o pogłębionem wykształceniu przyrodniczem.

W gimnazjum właściwem w niższych klasach lekarze szkolni winni prowadzić pogadanki higjeniczne, zwłaszcza okolicznościowe. Poza tem nauczyciele winni wplatać tematy higjeniczne przy nauce swoich przedmiotów.

W ostatniej klasie właściwego gimnazjum niezbędny jest systematyczny kurs higjeny, prowadzony przez lekarza, oparty na wiadomościach z przyrody i nauki o Polsce współczesnej; ma on dotyczyć zagadnień zarówno z dziedziny higjeny indywidualnej, jak i higjeny społecznej. Poza wiadomościami z higjeny winno być uwzględnione ratownictwo (pomoc w nagłych wypadkach).

W programie licealnym umieścić należy cykl wykładów o wyższym poziomie, głównie dotyczący higjeny społecznej.

W dyskusji Dr. Miklaszewska porusza sprawę podręcznika do nauczania higjeny, których naogół jest brak.

Dr. Goździcki podkreśla ważność celu nauczania higjeny. Cały system przez prelegenta przedstawionego programu opiera się na idei wychowania higjenicznego, co jest dodatnią stroną nowego programu. Poza tem Dr. G. stwierdza brak wytycznych w programie dla szkół zawodowych.

Dr. Korsakówna żąda, by nauczyciel był odpowiednio przygotowany do planowej pracy wychowawczo-higjenicznej.

Dr. Babski podkreśla, że przygotowanie nauczyciela jest najważniejsze. Należy też pamiętać, że nauka higjeny ma być wspólnie opracowana z nauką obywatelską. Wykłady winien prowadzić lekarz. Program dla szkół zawodowych powinien być opracowany osobno.

Dr. Łapińska stwierdza wielkie braki u uczniów i uczennic w wiadomościach z dziedziny anatomji i fizjologji i często przy higjenie musi lekarz wracać do zasadniczych pojęć anatomicznych i fizjologicznych.

Dr. Raschpichler widzi trudności wychowywania higjenicznego w szkole wobec jej braków materjalnych i higjenicznych.

Przewodniczący nie zgadza się z pesymistycznem zapatrywaniem dr. Raschpichlera. Pesymizm ten niema uzasadnienia, gdyż wiele już u nas zrobiono i w porównaniu z zagranicą nie stoimy na ostatniem miejscu.

Dr. Szykulska sądzi, że wobec tak szeroko uwzględnionego programu, należy angażować lekarzy wyłącznie do wykładów w tych przypadkach, kiedy lekarz nie ujawnia zdolności pedagogicznych.

Dr. Sokal twierdzi, że korzystniejsze jest tak ze względów dotychczasowych jak i wychowawczych rozłożenie przewidzianego nauczania higjeny w szkole powszechnej nie na pół roku, lecz na cały rok szkolny, gdyż kontakt lekarza z uczniem w klasie jest najlepszym czynnikiem propagandowym.

Dr. Raschpichler wyjaśnia, że swojem stanowiskiem nie miał zamiaru wywoływania nastroju pesymistycznego wśród lekarzy szkolnych. Widzi jednak dużo braków w wielu szkołach.

Dr. Mitkiewicz w odpowiedzi zaznacza, iż podał tylko wytyczne do programów, które pod pewnemi względami ulec mogą zmianom.

Posiedzenie zamknięto o godzinie 22 minut 15.

Sekcja Wych. Fiz. i Higj. Szkolnej Pozn. Okręgu T. N. S. W.

Dnia 22. IV. 1932 odbył się Zjazd Sekcji Wychowania Fizycznego i Higjeny Szkolnej Poznańskiego Okręgu T.N.S.W. w Bydgoszczy, pod przewodnictwem prezesa prof. Piaseckiego, z udziałem 35 członków Sekcji i wycieczki wychowawców fizycznych z wizytatorem Maziem z Lublina. Na program Zjazdu złożyły się:

1) lekcja boiskowa żeńska z uwzględnieniem przygotowania do P.O.S. (prowadziła kol. Rysy'ówna) kl. VII-ej).

2) lekcja boiskowa męska, z uwzględnieniem ćwiczeń stosowanych, (prowadził kol. Wojciechowski) kl. VII g.

Po lekcjach odbyła się pod przewodnictwem wizytatora Sikorskie-

go ożywiona dyskusja, w której wzięli udział: Wizytator Sikorski, kol. Zaleski, mgr. Czarniecki, Timler, Wachoń, Tosik, Olszewski.

3) Następnie prof. Piasecki wygłosił wykład p. tyt.: „Tradycja a twórczość w wychowaniu fizycznem", (ukaże się w całości w „Wychowaniu Fizycznem").

Po śniadaniu jakiem podejmowała Zjazd Miejscowa Sekcja Wych. Fiz. odbyło się zebranie organizacyjne. Prof. Piasecki informuje zebranie o losach „Wychowania Fizycznego", organu Sekcji. Z powodu trudności finansowych pismo po 12 latach redagowane w Poznaniu, przeniesiono do Warszawy. Redakcję objęło grono osób dających pełne gwarancję, że pismo będzie dobrze postawione. Z przeniesieniem redakcji łączy się fakt, że „Wychowanie Fizyczne" przestaje być organem Sekcji a spełniać będzie rolę organu międzyuczelnianego, jednakże komunikaty i sprawozdania Sekcji będą tam nadal umieszczane; prosi też o popieranie tego pisma.

Następnie w krótkim sprawozdaniu przedstawił prof. Piasecki działalność Sekcji za okres ubiegły, poczem Zjazd udzielił Zarządowi absolutorjum. Ponieważ prof. Piasecki na Walnym Zjeździe Ogólno-Polskiej Sekcji Wych. Fiz. w dniu 1 kwietnia b. r. w Warszawie został wybrany prezesem tejże Sekcji, przewodniczącym Sekcji Okr. Poznańskiego został wybrany na wniosek ustępującego prezesa, wiz. Sikorski.

Na miejsce skarbnika kol. Woińskiego przechodzącego w stan spoczynku, wybrano (od września b. r.) kol. Ługowskiego z Poznania. Reszta Zarządu pozostała w dawnym składzie.

Miejscowy prezes Koła Bydgoskiego prof. Timler złożył ustępującemu prezesowi podziękowanie za tyloletnią owocną pracę Sekcji.

Na tem zakończono program pokazowy, referatowy i organizacyjny.

Popołudniu gościnne Koło Bydgoskie zorganizowało zwiedzenie sal, boisk, przystani wioślarskiej, poradni sportowej, która ze względu na wzorową organizację najwięcej zainteresowała uczestników.

Aniela Pigoniówna
sekretarka

Sprawozdanie z kwartalnego Zebrania Sekcji Wych. Fiz. przy Śląskim Okręgu T. N. S. W.

Kwartalne zebranie Sekcji w. f. przy Śl. Okr. T. N. S. W. odbyło się dnia 20 kwietnia b. r. w Gimnazjum Matematyczno Przyrodniczem w Królewskiej Hucie, przy udziale 38 osób, w czem 33 nauczycieli i nauczycielek w. f. 4 lekarzy szkolnych, a które zaszczycił swą obecnością wizytator w. f. i h. s. Wydziału Oświecenia Publicznego p. Dr. Zajączkowski.

Celem zebrania była lekcja pokazowa uczniów z uwzględnieniem uczniów słabowitych, oraz referat „Spostrzeżenia lekarza szkolnego nad rozwojem fizycznym młodzieży szkolnej".

Lekcję przeprowadził kol. Hajkowski z uczniami 4 kl. gimnazjum klasycznego w Król. Hucie, referat wygłosił p. Dr. Hilewicz, lekarz gimnazjum państwowego w Katowicach.

W dyskusji nad lekcją doszło zebranie do wniosku, że jedna lekcja nie da rozwiązania problemu, który sobie postawiono za zadanie, mianowicie, w jaki sposób uwzględniać w normalnej lekcji uczniów słabowitych (niedorozwiniętych), z wadami organicznemi lub fizycznemi — na podstawie wyciągnię-

tych wniosków z referatu p. Wizytatora Dr. Zajączkowskiego, wygłoszonego na zebraniu sekcji w dniu 20 lutego b. r. — postanowiono przeprowadzić na następnych zebraniach jeszcze kilka lekcyj.

Referat p. Dra Hilewicza, również nie rozwiązał w zupełności wytkniętego celu, ponieważ referent nie mógł swych doświadczeń i badań oprzeć na porównaniach z wynikami innych zakładów.

Według dotychczas ogłoszonych statystyk referent mógł tylko porównać wzrost i wagę uczniów z danych roczników swego zakładu, z danemi zakładów warszawskich i poznańskich, z czego wynikałoby, że uczniowie gimnazjum katowickiego zbliżeni są wzrostem i wagą do uczniów gimnazjum poznańskiego a nawet przewyższają w wzroście o 1 — 3 cm. w wadze do 3 kg. — Porównań o pojemności życiowej płuc nie mógł szczegółowo przeprowadzić, ponieważ statystyki młodzieży szkolnej innych zakładów nie wydano dotąd, a porównania z badaniami D-ra Reicherówny poczynionemi na sportowcach, a więc na dorosłych i rozwiniętych ludziach nie dałoby pozytywnych rezultatów. — Stwierdził jednak, że u młodzieży astenicznej pojemność życiowa płuc jest większa jak u młodzieży o budowie atletycznej

Klasyfikując młodzież co do postawy, stwierdził referent — dzieląc młodzież na 4 grupy A do D, z której 1/4 młodzieży zaliczył do klasy A, 2/4 do B i 1/4 do kl. C i D). Duża ilość młodzieży, — a zwłaszcza w wieku przejściowym, jest z odstawającemi łopatkami oraz z sztywnemi stawami.

Specjalne uzdolnienia w poszczególnych rodzajach ćwiczeń wahają się prawie w tym samym stosunku jak w innych przedmiotach naukowych.

W dyskusji nad referatem wyłoniła się kwestja wad nawykowych szczególnie wad nabywanych w szkole i zastosowania odpowiednich ćwiczeń korektywnych. Kwestią tą winni się zająć tak lekarze jak i nauczyciele w. f. wspólnie, a kwestja ta będzie również tematem następnych zebrań sekcji.

Celem bliższego zapoznania się z dziełem D-ra Reicherówny podjął się kolega Markowski omówienia powyższego dzieła na najbliższem zebraniu Sekcji.

A. Zontek
sekretarz.

Za Zarząd: *M. Kulik*
prezes.

KRONIKA.

Wakacyjny kurs gimnastyki w Ollerup (Danja).

Ministerstwo W.R. i O.P. w Danji w bieżącym roku szkolnym nie urządza — podobnie jak w poprzednich latach — kursu wakacyjnego dla nauczycieli. Wobec tego Niels Bukh, dyrektor wyższej szkoły gimnastycznej, w której kursy te dotychczas się odbywały, organizuje na własną rękę dwutygodniowy kurs swej gimnastyki podstawowej, który się odbędzie od 1 do 14 sierpnia b.r. Oprócz gimnastyki program kursu obejmie: gry sportowe, lekką atletykę, tańce ludowe oraz pływanie, które się odbywa tu w krytym basenie długości 50 metrów. Kurs jest pomyślany przedewszystkiem dla nauczycieli oraz instruktorów gimnastyki stowarzyszeniowej, lecz dostęp do niej posiadają również i inne osoby, zajmujące się sportem lub gimnastyką. Cena za kurs wraz z mieszkaniem i utrzymaniem wynosi 45 koron duńskich

(korona wynosi obecnie około 2-ch złotych).

Zgłoszenia kierować należy: Herr Forstander N. Bukh, Ollerups Gymnastik-Höjskole. Danmark - Ollerup.

D. R.

Wakacyjny kurs gimnastyki w Lund.

Wzorem lat ubiegłych Południowy-Szwedzki Instytut Gimnastyczny w Lund (dyrektor major J. G Thulin) organizuje w roku bieżącym wakacyjny kurs gimnastyki i gier dla cudzoziemców (od 10 lipca do 13 sierpnia). Program kursu obejmuje: gimnastykę pedagogiczną, teorję gimnastyki, gry oraz ćwiczenia w opanowaniu techniki komendy. Na specjalne życzenie słuchacze mogą brać udział w lekcjach lekkiej atletyki, gier sportowych, tańców ludowych oraz rytmiki.

D. R.

Walne Zebranie Pozn. Okr. Sekcji Wych. Fiz. T. N. S. W., pierwszy Zjazd Absolwentów Studjum Wych. Fiz. przy Uniw. Pozn., oraz uroczystość 5-lecia Koła Wychowawców Fizycznych przy Studjum Wych. Fiz. Uniw. Pozn., odbędzie się w dniach 11 i 12 czerwca 1932 r. w Poznaniu w salach Studjum Wych. Fiz., Park Wilsona.

Program: Sobota, 11 czerwca: godz. 10-ta. 1) Posiedzenie naukowe w Studjum W. F. Park Wilsona. Referaty: Mgr. M. Stobiecka — Badania postawy dziewcząt szkół powszechnych. 2. Dyskusja nad referatami, godz. 12-30: Lekcja metodyczna pływania (Pływalnia Związkowa przy Drodze Dębińskiej), godz. 16-ta: Stadjon Ośrodka W. F. (ulica Grunwaldzka): Pokaz trymestralny lekcyj: gier i lekkiej atletyki oddziału żeńskiego oraz gimnastyki i lekkiej atletyki oddziału męskiego S. W. F. U. P., nadto lekcje boiskowe chłopców i dziewcząt prowadzone przez studjujących.

Niedziela, 12 czerwca: godz. 9-ta rano: Lekcja metodyczna wiosłowania (przystań A. Z. S. obok mostu nowego), godz. 12-ta: w Studjum W. F. U. P.: Zebranie uroczyste z okazji 5-lecia Koła Wychowawców Fizycznych U. P., godz. 15-ta: Zebranie Absolwentów SWFUP. — sala wykład. SWF., godz. 17-ta: Zebranie towarzyskie z herbatką na salach gimn. S. W. F.

Koło Wychowawców Fizycznych U. P. Poznań, Park Wilsona, prosi o jak najrychlejsze zgłoszenia, celem zarezerwowania kwater, zniżek kolejowych i t. p.

Czyni się starania o urlopy u Kuratorjów O. S.

(RÉSUMÉS)

Prof. E. Piasecki, Université de Poznań. **Education physique et l'ensemble de l' éducation** (conférence présentée à l'assemblée générale de la Section de l'Ed. Phys. et de l'Hyg. Scol., Société de Professeurs d'Ec. Sec. et Sup., Varsovie le 1 avril 1932). Dans tous les domaines de la pensée et du travail de l'humanité, nous voyons une lutte éternelle entre la synthèse et l'analyse, entre l'universalité et la spécialisation. Pour l'éducation secondaire et supérieure, c'est la spécialisation qui a pris depuis longtemps le dessus. Mais, à côté de nombreux avantages, elle a donné et elle donne encore souvent des fruits venimeux. Le spécialiste perd volontiers de sa vue l'ensemble de l'homme qui est confié à son éducation. Il ne connaît que vaguement les autres parties de l'éducation; parfois, il ne les comprend guère et il en fait peu de cas... Il va de soi que cette tendance ne peut avoir que des conséquences néfastes. Les études pédagogiques qu'on on fait faire à présent aux candidats au professorat, sont, entr'autres, calculées pour adoucir ces désavantages. Mais elles n'abolissent qu'une partie du mal.

Les phénomènes mentionnés se font sentir peut-être le plus gravement, quad il s'agit de la frontière entre l'éducation physique et les autres braches du travail scolaire. Aussi l'auteur fait ressortir le manque de limites tranchées et les transitions fréquentes. Un camp scolaire p. ex., une excursion, ou un travail manuel éducatif, visent à la fois l'éducation intellectuelle, morale, physique, technique et esthétique. Pour tous les moyens éducatifs q'uon classe parmi les exercices du corps, il est facile de discerner, à côté d'agents physiques, ceux d'ordre spirituel embrassant le plus souvent plusieurs branches énumérées tout-à-l'heure. En conséquence, c'est depuis longtemps l'opinion de l'élite des spécialistes de notre domaine, que l'éducateur physique moderne doit être préparé pour l'enseignement d'un autre sujet quelconque, outre, les exercices physiques. Car s'il sera forcé de dépasser souvent, même dans la salle de gymnastique, les limites du physique, il y a tout l'avantage pour qu'il sache bien les dépasser.

L'auteur passe en revue, ensuite, les sujets de l'enseignement secondaire pour en démontrer les connexions et transitions nombreuses vers notre domaine. Il n'y a pas de sujet qui ne se prêterait aux allusions fructueuses ayant trait à la gymnastique, aux jeux, aux excursions etc.; en revanche, en enseignant les exercices physiques, le professeur profitera beaucoup en faisant des remarques sur la mécanique, la physiologie, la géologie, l'histoire, l'ethnographie, la littérature, la linguistique etc., selon sa spécialité scientifique ou littéraire. Mais en outre, dans tous les cas, le maître et l'élève auront l'avantage de se connaître mieux mutuellement, et d'approfondir leur sympathie réciproque. Le maître, de son côté, travaillera dans des conditions hygiéniques meilleures, en divisant son jour entre la classe et la pelouse: car tout travail unilatéral fatigue trop. Enfin, c'est l'amélioration de la position de notre branche dans l'ensemble du système scolaire qui profitera non moins de la réforme en question. Dans chaque école, ce ne sera plus un seul spécialiste unilatéral qui défendra les intérêts de l'éducation physique, mais bien plusieurs personnes, ayant l'opinion d'intellectuels parmi leurs confrères. Aussi, il y a une vingtaine d'années, l'éminent insp. K. A. Knudsen a fait adopter, au Congrès International de l'Education Physique à Odense, une résolution en faveur de ladite combinaison des sujets.

Néanmoins, en pratique, nous sommes encore loin d'une solution uniforme du problème. En améliorant la formation d'éducateurs physiques, on s'efforce avec raison, dans plusieurs pays de l'Europe et de l'Amérique, de la faire égale à celle d'autres professeurs, en leur conférant, après des études longues et approfondies, des grades de licenciés (ou même de docteurs) en éd. phys. Mais on oublie le plus souvent de faire ces spécialistes adopter un sujet d'enseignement intellectuel comme secondaire. L'auteur plaide en faveur de ce mode de procéder pour les licenciés en éd. ph. des Universités de Poznań et de Cracovie. Aussi, il considère comme essentiel d'admettre tous les candidats au professorat pour des sujets divers, aux études additionnelles de l'éducation physique, en incorporant ces études au diplôme de licencié (sciences ou lettres). Pour l'Institut Central d'Ed. Ph. à Varsovie-Bielany, il postule l'admission de ceux de ses diplômés qui possèdent le baccalauréat, aux études supplémentaires dans une des deux Universités mentionnées.

1332. DRUKARNIA GOSPODARCZA, WARSZAWA, WSPÓLNA 54, TEL. 8-84-12.